



[HTTP://WWW.FEDERATION.NAME](http://www.federation.name)

ГРАФОМАН №6

**Прага
Февраль 2006 г.**

СПЕЦИАЛЬНЫЙ ВЫПУСК посвященный вопросам здоровья

**Врач исцеляет тело,
Писатель - душу.
Мы - коллеги!**

Здоровая Россия.....	3
Игорь Савельев.....	4
Сергей Левицкий.....	39
Эдуард Трескин.....	50
Галина Свинцова.....	60
Наталья Волкова.....	64
Помочь человеку.....	68
Медицинская мозаика.....	70
Как опубликоваться в ГРАФОМАНЕ.....	86

Графоман. Сборник. Вып. 6

Составитель: Сергей Левицкий

Издатель: Союз русскоязычных писателей в Чешской Республике

© Лариса Дашкова (обложка)

ISBN 80-239-4559-9

Издание зарегистрировано в Министерстве культуры Чешской Республики под номером МК ČR E 15857.

**В текстах сохранены орфография
и стилистика авторов**

Здоровая Россия

Американские специалисты утверждают: генетическое здоровье нации в России остается одним из лучших в мире.

Американские специалисты провели по заказу общественной организации March of Dimes ("Марш медиков"), занимающейся помощью детям с врожденными недугами, первое глобальное исследование распространенности врожденных медицинских пороков.

Исследователи пришли к выводу: генетическое здоровье нации в России остается одним из лучших в мире. В России число врожденных дефектов на 1000 появившихся на свет детей оказалось равным примерно 42,9. Это самый низкий показатель в мире после Франции, Австрии, Австралии и Швейцарии (от 39,7 до 42,5 соответственно). США с показателем 47,8 оказались в общем списке на 20-м месте, сразу после Кубы. Замыкают перечень Бенин, Саудовская Аравия и Судан (от 77,9 до 82,0 соответственно). Среди постсоветских стран худшие показатели у Таджикистана (75,2), Киргизии (73,5), Азербайджана (63,1).

По оценкам специалистов, содержащимся в докладе организации March of Dimes, с серьезными генетическими дефектами на свет ежегодно появляются около 8 миллионов младенцев - примерно 6% от общего числа новорожденных. Большая часть из них оказывается неспособной к полноценной жизни, часть из них умирает. По словам президента организации доктора Дженнифер Хаус, это "серьезная, крайне недооцениваемая и недофинансируемая проблема в области общественного здравоохранения".

Заместитель министра здравоохранения и социального развития РФ Владимир Стародубов отметил, что в течение последних четырех лет в России наблюдается тенденция к снижению младенческой и материнской смертности.

"В 2005 году показатель младенческой смертности составил 11 погибших на 1000 родившихся", - сказал он. В 2004 году младенческая смертность составила 11,6 промилле, в 2003 - 12,4 промилле, в 2002 - 13,3 промилле. Показатель материнской смертности в 2004 году составил 23,4 промилле на 100 тысяч новорожденных, в 2003 году - 31,9 промилле. "Вместе с тем уровень материнской и младенческой смертности в РФ остается достаточно высоким, он пока не достиг уровня среднеевропейских показателей", - отметил Стародубов. По его словам, лидером по количеству новорожденных в России является Дагестан. В 2005 году здесь родились 40 695 малышей.



Интервью Президента Союза русскоязычных писателей и журналистов в Чешской Республике, составителя альманаха "Графоман" Сергея Левицкого с не только биоэнерготерапевтом, членом Союза Игорем Савельевым



Тайна смерти И.В. Сталина уже не представляет секрета

С. Левицкий: Вы мне как-то обмолвились, что вы - сталинист. Это что - мода или какие-то убеждения?

И. Савельев: Наверное, я таким родился.

С.Л.: Не кичитесь ли вы своим сталинизмом?

И.С.: Не кичусь, а копаю.

С.Л.: Под кого?

И.С.: Не под кого, а раскапываю правду.

С.Л.: Так уже столько правды раскопано. Разве есть, что ещё копать? Ну, например, и что принципиально нового вы выкопали?

И.С. (задумываясь): Например... Например, мы с моим соавтором Николаем Рубцовым "выкапываем" исторический детектив "Жизнь и смерть Великого Государя".

С.Л.: Интересно... Так, что же там нового "выкопали"?

И.С.: Прошу вас ознакомиться.

С.Л.: Почитаем:

"При патологоанатомическом исследовании обнаружен крупный очаг кровоизлияния, расположенный в области подкорковых узлов левого полушария головного мозга. Это кровоизлияние разрушило важные области мозга и вызвало необратимые нарушения дыхания и кровообращения. Кроме кровоизлияния в мозг установлены значительная гипертрофия левого желудочка сердца, многочисленные кровоизлияния в сердечной мышце, в слизистой желудка и кишечника, атеросклеротические изменения сосудов, особенно сильно выраженные в артериях головного мозга. Эти процессы явились следствием гипертонической болезни.

Результаты патологоанатомическо-

го исследования полностью подтверждают диагноз, поставленный профессорами-врачами, лечившими И.В. Сталина.

Данные патологоанатомического исследования установили необратимый характер болезни И.В. Сталина с момента кровоизлияния в мозг. Поэтому принятые энергичные меры лечения не могли дать положительного результата и предотвратить роковой исход".

И.С.: После смерти И.В. Сталина это было опубликовано во всех центральных газетах СССР 7 марта 1953 года.

С.Л.: Так этому материалу уже более 50 лет.

И.С. (перечитав с выражением): Вы же инженер и кандидат технических наук?

С.Л. (раздумывая): Ну, конечно, в гидравлических системах я тоже кое-что смыслю. И анатомию человека в классе 8-м изучал.

И.С.: Вот и я о том же. В СССР инженерам и кандидатам наук дипломы "за спасибо" не выдавали. И что же вы думаете, товарищ инженер?

С.Л.: Конечно, не о том, что "гусь свинье не товарищ". Врачи "подставили" Хрущёва?

И.С.: И я о том же, о чём вы. Но в нашем случае "не товарищами" свинье по имени Хрущёв оказался целый гусиный выводок медицинских светил того времени, подложив свинью под свина-хряка Хруща.

С.Л.: Как это так?

И.С.: Подписали патологоанатомическое исследование "гусаки":

"Министр здравоохранения СССР А.Ф. Третьяков, Начальник Лечсанупра Кремля И.И. Куперин, Президент Академии медицинских наук СССР академик Н.Н. Аничков, Действительный член Академии медицинских наук СССР профессор М.А. Скворцов, Член-корреспондент Академии медицинских наук СССР профессор А.И. Струков, Член-корреспондент Академии медицинских наук СССР профессор С.Р. Марда-

шев, Главный патологоанатом Министерства здравоохранения СССР профессор В.И. Мигунов, Доцент Б.Н. Усков".

С.Л.: Так это не выводок. Это целая гусиная стая.

И.С.: Нам вначале казалось, что это целая гусиная банда, медицинская мафия. А потом мы их перевели в разряд наших союзников, хотя вряд ли кто из них есть сейчас на белом свете.

С.Л.: И чему вы это так радуетесь?

И.С.: В данный момент только тому, что вы - инженер.

С.Л.: Скажите, пожалуйста.

И.С.: Да вы и сами это скажете как кандидат технических наук.

С.Л.: Значит, кровеносная система - гидравлическая система. Гм. И чего в ней сразу столько "течей": "крупный очаг кровоизлияния" в мозге, "многочисленные кровоизлияния в сердечной мышце, в слизистой желудка и кишечника"... В гидравлической системе при повышении давления не могут сразу лопнуть все трубки. "Где тонко, там и рвётся". Достаточно лопнуть одной, и давление в системе мгновенно упадёт..

И.С.: Вот именно. Как-то странно, что слишком "многочисленные кровоизлияния".

С.Л.: Неужели они такие профаны, эти лекари? А вы врачам показывали?

И.С.: Они говорят, что это очень сомнительная "липа". Хотя в жизни всё бывает. Думаю, врачи так говорят потому, что "рука руку моет"...

С.Л.: Интересно. А может их заставили?

И.С.: В этом я не сомневаюсь. Есть доказательства. Да, к тому же они и сами не захотели попасть в число "врачей-вредителей". Начало с этими "вредителями" уже хорошо известно. Это цепочка заговора последних лет жизни И.В. Сталина. Одним из звеньев этой цепочки была изоляция вождя от врачей. Вот и подбросили этих

"вредителей". Берия науськал Маленкова. Тот к Сталину. А раскручивал всё это протеже Хруща - тогдашний министр ГБ Сенька Игнатьев. Но, оказалось, "Не по Сеньке шапка". Сталин стал проверять информацию через свою Стратегическую разведку и контрразведку, которые донесли, что всё дело врачей - это "липа". Горели "по высшему разряду" (Президиум ЦК КПСС) Маленков, Берия, Хрущёв...

С.Л.: Ну, а дальше?

И.С.: А дальше был заговор... Вот читайте, пожалуйста.

С.Л.: Прочтём:

"Сов. секретно"

Приказ Начальнику Стратегической контрразведки генерал-полковнику Джуге Александру Михайловичу:

С 12 октября 1952 года Вам и Вашему заместителю генерал-лейтенанту Юрию Михайловичу Маркову предоставлен трёхмесячный отпуск, по истечении которого получите новое назначение. Выражаю Вам и генералу Маркову искреннюю благодарность за проделанную вами поистине колоссальную работу по защите нашей Великой Родины. Предложение о ликвидации 213 человек, входящих в список активных заговорщиков, который возглавляют Маленков, Берия, Хрущёв и Микоян, считаю преждевременным.

*Председатель Совета Министров СССР
12 октября 1952 г., г. Москва
И.Сталин"*

А дальше?

И.С.: Почитайте, например, что, пишет историк Николай Зенькович:

"Появились публикации, где утверждается, что в хранящихся в Институте мозга Академии медицинских наук РФ тончайших пластинках, на которые был разделён мозг И.В. Сталина, нет следов кровоизлияния. Проверить сенсацию не представляется возможным из-за то-

го, что материалы, связанные с исследованиями мозга И.В. Сталина, по-прежнему засекречены".

С.Л.: Любопытно.

И.С.: Например, о патологиях в мозге В.И. Ленина написаны чуть ли не романы. Если бы в мозге И.В. Сталина нашли, простите, "чёрт-те что", то об этом бы уже раструбили по всему свету, начиная со времён Микитки и в распыл горбачёвской "перестройки". Значит, у Сталина был нормальный мозг гениального человека.

С.Л.: А ваше мнение, почему эти материалы засекречены?

И.С.: Возможны варианты. Ну, например, то, что в нём нет того, что "выявлено" в результате "патологоанатомического исследования".

С.Л.: Значит, врачи специально подписали ту "липу"?

И.С.: Конечно. Чтобы мы сегодня выдали эту сенсацию. Ведь ясно же, что "документ", который мы только что оценивали - абсолютная чушь с некоторыми элементами правдоподобия для того, чтобы, как поётся в песне "и чтоб никто не догадался". А что касается врачей и диагнозов, то приведу ещё пример, опять же связанный с именем И.В. Сталина и медицинских светил. Медицинские эпитеты бандита с большой дороги и бессовестного лгуна-подонка Хруща приводить не станем. Это, думаю, тема другого разговора.

С.Л.: Высказываемая в такой форме аргументация - ответ на мои вопросы? Мне думается, что читателя может покоробить подобный стиль изложения. Ведь факты, доказательства не требуют употребления подобных унижительных эпитетов...

И.С.: Да, конечно. Главное не в эмоциях. А в сути. Нельзя поливать грязью любого человека, тем более, гениального. Думаю, что не только И.В. Сталин, но и В.М.Бехтерев (в меньшей степени) задохнулись от гниения

мусора, накиданного на их могилы. Поэтому мне трудно удержаться от эмоций.

С.Л.: А Бехтерев-то тут причём?

И.С.: При том же самом. Спустя более чем 30 лет после убийства И.В. Сталина, по белу свету пошёл слух, пущенный медиком в законе. Академик-психиатр Наталья Петровна Бехтерева, внучка знаменитого невропатолога, психиатра, психолога и физиолога В.М. Бехтерева, с трепетом носящая фамилию деда (то ли не стала брать из-за карьерных соображений фамилию мужа, то ли не выйдя замуж), по-видимому, захотела "прославиться" ещё больше. И недалёкая баба решила войти в сообщество ОБС ("одна баба сказала"). Великовозрастная бабка Наташка заявила в "горбато-демократическо-перестроечной" прессе, что-де её деда отравили за то, что он поставил И.В. Сталину диагноз параноика. Ясно, что поверить в это могли лишь идиоты - пациенты товарища Бехтеревой. Возможно, бабёнка и сама тронулась умишком от общения с больными или от писания научных трудов и диссертаций (говорят, что у очень "умных" людей встречается и не такое).

С.Л.: Ну вы уж совсем распалились... Кстати, а что такое паранойя? Для меня это что-то слишком заумное.

И.С.: Тут не только распалишься... Если внучка якобы словами знаменитого деда, ставит этот бредовый диагноз о котором вы спрашиваете! И кому?... А о паранойе прочтём в БСЭ (3-е изд.), в статье Б. И. Франкштейна: "Паранойя (от греческого так же звучащего слова - умопомешательство). Трактуется как стойкое психическое расстройство, проявляющееся в систематизированном бреде (без галлюцинаций). Бред отличается сложностью содержания, последовательностью доказательств и внешним правдоподобием.

Например, мания преследования, рев-

ности, высокого происхождения. Или изобретательства, научных открытий, особой миссии социального преобразования и т. д. Все факты, противоречащие бреду, отменяются. Каждый, кто не разделяет убеждения больного, квалифицируется им как враждебная личность.

Эмоциональный фон соответствует содержанию бреда. Борьба за утверждение, реализацию бредовых идей непреклонна и активна. Явных признаков интеллектуального снижения нет, профессиональные навыки обычно сохраняются долго. Ну, что? Подходит такой диагноз "параноику" И.В. Сталину?

С.Л.: Пусть на этот вопрос ответит сам ёжик, которому всё понятно. А когда дед Бехтерев "поставил" такой диагноз вождю?

И.С.: Владимир Михайлович Бехтерев скончался 24 декабря 1927 года.

С.Л.: А что с паранойей "параноика"?

И.С.: В соответствии с пожеланиями свыше и с одобрения "специалистов", систематизированный бред, отличающийся "сложностью содержания, последовательностью доказательств и внешним правдоподобием", может быть "приписан" практически любому человеку. Весь вопрос в том - "а судьи кто?" И такой диагноз предписывали многим, чаще - "малым", реже - "великим".

С.Л.: А какое отношение это имеет к И.В. Сталину?

И.С.: С пожеланиями свыше в отношении И.В. Сталина было "всё в порядке", а сдобрила их продажная титулованная психиатриса, возможно находящаяся в ту пору под гнётом то ли "мании высокого происхождения", то ли собственного участия в особой миссии "перестроечных" преобразований.

С.Л.: Опять вы обижаете кличками наших оппонентов! Я знаю, что у Бехтеревой на этом всё не закончилось. Писали, что она покаялась...

И.С.: Вы совершенно правы. Не прошло и 10 лет, как в пору уже ельцинской "демократии" Наталья Петровна вновь решилась прославиться от обратного, обогатив человечество новым сенсационным заявлением (газета "Аргументы и факты", сентябрь 1995 г.):

"...была тенденция объявлять Сталина сумасшедшим, в том числе с использованием якобы высказывания моего дедушки, но никакого высказывания не было, иначе мы бы знали. Дедушку действительно отравили, но из-за другого. А кому-то понадобилась эта версия. На меня начали давить, и я должна была подтвердить, что это так и было. Мне говорили, что они напечатают, какой Бехтерев был храбрый человек и как погиб, смело выполняя свой врачебный долг. Какой врачебный долг? Он был прекрасный врач, как он мог выйти от любого больного и сказать, что тот - параноик? Он не мог этого сделать".

Так что Бехтерева дважды заработала на имени И.В. Сталина и деда. А, может быть, и вылечилась от вранья.

С.Л.: "Однако ж!" - остаётся только повторить за Эллочкой-людоедкой Ильфа и Петрова.

И.С.: Однако ж!

С.Л.: Странная история.

И.С.: Кстати, я бы Вам ещё добавил к тому самому "патологоанатомическому исследованию"...

С.Л.: И что же?

И.С.: Крайнего "замочили".

С.Л.: Это не моя терминология. Думаю и большинство наших читателей на "феню" ещё не перешли. Так что, извините. Переведите, пожалуйста.

И.С.: Чего извиняться-то. Всё нормально. Никакого Ускова не было. А анатомировал тело Вождя патологоанатом Русаков, который "слишком много знал". Ему и устроили "сердечный при-

ступ" со смертельным исходом прямо в анатомичке. А фамилию его обокрали на две буквы - Р и а. Вот и получился инкогнито Усков. А остальная команда подписавших отнеслась к этому "с пониманием" - нельзя указывать подлинное имя исполнителя поручения "особой государственной важности". Да и напуганы были медицинские светила "делом врачей", а на примере Русакова - Ускова им ещё раз напомнили, что "нет человека - нет проблемы".

С.Л.: И кто "решал" эти проблемы?

И.С.: Вычислить не трудно. 5 марта 1953 года у Сеньки Игнатьева слетела та самая МГБ-эшная шапка. В этот день МГБ и МВД объединили под Лаврентием Павловичем Берия на "целых" три месяца и три недели. Народ на это событие сразу отозвался частушкой:

Лаврентий Палыч Берия

Не оправдал доверия.

Остались от Берия

Лишь только пух да перья...

Если вас, ещё что-нибудь заинтересует и я смогу стать вашим собеседником, то, как говорят, милости просим.

С.Л.: А почему бы и нет - ведь много чудес на белом свете.

И.С.: Полностью с вами согласен. "Чудеса" творились и будут твориться в нашей чудесной стране, хотя иногда мы относим к разряду чудес не только вероятное, но и очевидное. Ведь "мы родились, чтоб сказку сделать былью". К слову, как сказал в 1960 г. поэт Николай Рубцов:

Россия, Русь! Храни себя, храни!

Смотри, опять в леса твои и доли

Со всех сторон нагрянули они,

Иных времён татары и монголы.

С.Л.: Да, пророческие слова. Спасибо.

И.С.: И Вам спасибо.

Ясновидящая Магдалена.
Связь с Космосом.
Прошлое и будущее.
Влияние на судьбу.
Сертификат Американского парапсихологического общества.
Тел.: (095) 454-xx-20

Элитная высшая магия.
Весь спектр магических услуг.
Все приворотные техники и ритуалы.
Сексуальный приворот. Отворот навсегда. Зомбирование, егильот или половая завязка, энвольтация. Оказываю помощь даже в самых сложных случаях. Ритуалы, для привлечения денег, привлекательность и омоложение.
Порча (все виды). Очень мощная работа.
Опыт 26 л.
Тел.: (095) 479-xx-xx

Элитная высшая магия. Весь спектр магических услуг. Все приворотные техники и ритуалы. Энвольтация. Зомбирование. Егильот или половая завязка. Заговор на денежную купюру, для привлечения денег и удачи. Порча. Сглаз. И многое другое. Очень мощная работа. Практикую 26 лет.
Тел.: (095)479-82-xx

Элитная Ритуальная Магия. ВУДУ.

- Привороты и отвороты любой сложности.
- Остуда - НАВСЕГДА!
- Егильет - абсолютная половая завязка.
- Восстановление семьи.
- Порча.
- Защита от любого негатива.
- Бизнес.
- Избавлю от врагов и конкурентов.

И многое другое. Опытный мастер - профи, стаж - 19 лет. Разомкните круг неудачи и живите счастливо!!! ПИШИТЕ, ЗВОНИТЕ ОБЯЗАТЕЛЬНО ПОМОГУ ВАМ...

Нумерология - магия чисел! Самая точная математика! Профессиональный расчет характеристики личности по дате рождения и Ф.И.О. Расчет числа рождения, желания сердца и многое другое! Бесплатный образец полного расчета!

<http://numerologxx.ru/>



Игорь Савельев

Член Союза русскоязычных писателей в Чешской Республике.

Автор публикаций в различных российских издательствах более чем десятка книг, среди которых: "Ничтожный государь", "Рублёвая зона", "Синдром хронической усталости", "Человек перед Богом", "Кармаэнергетические вампиры", "Биоэнергетика в целительстве или знахарство без мистики", "Биоэнергетика делового человека", "Биоэнергетика успеха", "Как стать королевой", "Книга исцеления" и др.

О народных поверьях и народной медицине без мистики

(избранные главы и отрывки из книги "Синдром хронической усталости, порча, сглаз. Диагностика и целительство")

Защита от различных негативных энергетических воздействий, повышение иммунитета, диагностика энергетически-инфекционных болезней, а также практические советы по самоисцелению, успешному преодолению синдрома хронической усталости и исправлению кармы - все изложено в этой книге, которая, по мнению автора, будет полезна широкому кругу читателей.

Свет Новый не единожды открыт,
А Старый весь разбили на квадраты.
К ногам упали тайны пирамид,
К чертям пошли гусары и пираты.

Пришла пора всезнающих невежд,
Все выстроены в стройные шеренги.
За новые идеи платят деньги,
И больше нет на "эврику" надежд.

* * *

Азартных игр теперь наперечет,
Авантюристов всех мастей и рангов.
По прериям пасут домашний скот,
Там кони пародируют мустангов.

* * *

Ушли друзья сквозь вечность-решето.
Им всем досталась Лета или Прана.
Естественную смертью - никто,
Всё - противоестественно и рано.

Иные жизнь закончили свою,
Не осознав вины, не скинув платья.
И выкрикнув хвалу, а не проклятья,
Спокойно чашу выпили сию.

Другие знали, ведали и прочее...
Но все они на взлете, в нужный год
Отплавали, отпели, отпророчили.
Я не успел. Я прозевал свой взлёт.

Владимир Высоцкий

От автора

Может быть и впрямь те, кто к жизни относится слишком уж философски, могут решить, что "прозевали свой взлёт", когда "Свет Новый не единожды открыт, а Старый весь разбили на квадраты", когда "к ногам упали тайны пирамид" и "пришла пора всезнающих невежд"? Может быть действительно "прозевавшим свой взлет" стоило сплотиться вокруг кого-нибудь из современных провидцев или кликуш, "выстроившись в стройные шеренги" и отправиться в мир иной?

Наверное, каждый из нас не раз задумывался над смыслом своей жизни. Но уверен, что не каждый может сказать "и жизнь хороша, и жить хорошо". Да и легко ли жить, особенно в наше время, "вдоль обрыва, по-над пропастью, по самому краю"? А тут еще болячки разные, старые и вновь открываемые, жалят, как осиный рой, а нередко и загрызают "вусмерть". "Страшно! Аж жуть!"

Где вы, "товарищи ученые, доценты с кандидатами"? А вы, профессора с докторами? Ну, а вы - самые высокие из ученых - академики? Ау! Очнитесь! Где вы? Неужели и в самом деле "замучились вы с иксами, запутались в нулях"? Есть ли кто-нибудь из вас живой? Ведь это вы вместе с властью предержанными всегда говорите нам: "надо, Федя"...

А ну их всех... Давайте выплывать вместе. Мы с вами не "прозевали тот взлёт", о котором говорил Высоцкий. И если мы пока живем на Земле, значит это кому-нибудь нужно. Значит - наша "самая лучшая песня не спета" и "все еще впереди". Значит у каждого из нас еще не один взлет - первый, второй, третий... А того взлёта, о котором говорит поэт, никому миновать, потому что "из худших выбирались передряг", хоть "с ветром худо, да и в трюме течи". "Ещё не вечер, еще не вечер". И именно поэтому я пытаюсь помочь читателю выбраться из передряг, имя которым синдром хронической усталости, порча, сглаз и другие напасти, а заодно доказать и себе, и другим, что "я вам, ребята на мозги не капаю"...

Сглаз, глаз, третий глаз

Прежде чем подробно говорить о сглазе, давайте подумаем, откуда взялось это слово.

Кто придумал такое нехорошее слово, при произнесении которого особо чувствительным людям становиться как-то не по себе? Неужели добавление всего лишь одной буквы к такому красивому слову, как глаз, которое определяет наше представление о светлом и прекрасном, так категорически меняет наше настроение? Да-да, именно, наша пара глаз дает нам возможность увидеть не только свет, но и все, что нас окружает. Да и что говорить об этом, если глаза является одной из составляющих немногочисленного семейства наших органов чувств, пересчитать которые для большинства из нас хватит пальцев одной руки. Шестое и другие, ранее утерянные, а теперь вновь обнаруживаемые органы чувств принимать во внимание пока не станем. Ведь мы все едва-едва вылупились из скорлупы своего материалистического прошлого, пускай диалектического. Это сейчас мы начинаем иногда задумываться, насколько то самое марксистское учение диалектического материализма всесильно и верно. А сколько спорили, сколько трудов и жизнью затратили на то, чтобы доказать, что оно верно. Но чтобы самим не вовлечься в этот спор и снять напряжение, давайте вспомним Высоцкого:

*Так оставьте ненужные споры,
Я себе уже все доказал:
Лучшие гор могут быть только горы,
На которых еще не бывал.*

*Сколько слов и надежд!
Сколько песен и тем
Горы будят у нас
И зовут нас остаться.*

*Но спускаемся мы,
кто на год, кто совсем,
Потому что всегда
мы должны возвращаться.*

А стоит ли и должны ли мы возвращаться к нашим глазам, если их даже не два, а ровно в полтора раза больше? Но всё-таки... Мы ведь не самые умные. А если не самые, то обратимся к истокам происхождения слова "сглаз" - наверняка здесь что-то есть, здесь, как ни крути, какая-то "собака зарыта".

Толкователь русского языка Сергей Иванович Ожегов слово "сглаз" не объяс-

няет, но зато производному от него глаголу "сглазить" даёт две трактовки. В первом своем разъяснении С. И. Ожегов пишет, что сглазить - значит повредить кому-нибудь дурным глазом, недоброжелательным взглядом, правда, оговаривается, что это можно сделать "в суеверных представлениях". То есть, если у кого есть "суеверное представление", то его можно и сглазить. А если "суеверного представления" нет? Народная мудрость говорит по этому поводу - на нет и суда нет. Я совсем не собираюсь нападать на нашего соотечественника - лингвиста и лексикографа. Конечно, кто бы выпустил в свет словарь в те времена без "суеверных представлений". Нет, я совсем не оговорился, потому что, на мой взгляд, большинство из нас - люди суеверные, ибо, как пишет С. И. Ожегов, суеверие - это предрассудок, в силу которого многое происходящее представляется проявлением сверхъестественных сил, знаменем судьбы или предзнаменованием будущего.

В свое время человеком суеверным я себя не считал. Но это мое самомнение было глубоко ошибочным. Не потому, что я "перестроился". Просто я вынужден был сдать под напором фактов, которые упрямо заявляют, что то, чему меня учили, совершенно не соответствует реальному состоянию этой "упрямой вещи" - фактам. Нам всегда говорили, что всё для народа - и вся революция сверху, и построение социализма и коммунизма, и перестройка, и демократизация, и реформы. А на деле-то оказывается, что все против народа: и уничтожение интеллигенции и церкви, и раскольничье хозяйствование страны, и рабанизация рабочего класса, и рельсоукладывание большинства народа, и расстрел в 1993 году всенародно избранного Верховного Совета России всенародно избранным президентом, и межнациональные конфликты, культивируемые сверху, в Чечне и в других районах России. А те, что наверху, и возле них подвизающиеся, то были правоверными коммунистами, то становились демократами, то радикалами. И все одни и те же лица. И как они всего за одну только жизнь успевают побывать в разных ипостасях? Не дураки же они. Если так, то наверняка всё это происходит как результат "проявления сверхъестественных сил". А это иначе, чем

суеверием, не назовешь.

Но вернёмся к нашему сглазу, то есть ко второму определению глагола "сглазить" С. И. Ожеговым. С этим определением значительно проще, безоговорочно проще, так как второе толкование не даёт никаких оснований для того, чтобы рассуждать о суеверии, потому что "сглазить - это значит похвалами, предсказанием чего-нибудь хорошего накликать плохое". А дальше там же утверждается: "не хвали, а то сглазишь"; "пока не сглазили, все здоровы, всё хорошо"; "в старину боялись сглазу". Не знаю, как в старину, но весточка с не очень далекой старины мне тоже попала. "Эврика"! Нет-нет, это не великий ученый воскликнул. Это СП "Эврика" издало в 1991 году тиражом в 200 тысяч экземпляров сборник "Русское народное чернокнижие", напечатанный по изданным в 1885 году "Сказаниям русского народа" И. П. Сахарова. Здесь в разделе "Сказания о знахарстве" есть интересный материал под названием "С глазу". Вот оно, это любопытное сказание:

"Восток древней жизни, отживая свое бытие, передал народам вместе с мифами и разные заблуждения. Народное поверье, будто взгляд человека лихого, злобного, хитрого сообщает болезни, будто в глазах этих людей заключается яд, перешло в русую землю с Востока, по преданию - от других народов. На Руси это поверье названо "с глазу". Наши простолудины не имеют еще понятия о глазном месмеризме.

В деревнях всякое первоначальное образование болезни почитается порождением сглаза. Нет недуга, который происходил бы не от этого зла. Знахари выдумали против него средства, употребляемые в сельской и городской жизни, и эти средства по большей части приводятся в действие пожилыми людьми и старухами следующим образом.

Берут: воды не пить, не отведанной никем, вынимают из печи три уголька, достают четверговой соли. Все это кладут в стакан, дуют над ним три раза, потом плюют три раза в сторону. После сего нечаянно сбрызгивают больного три раза, дают три раза хлебнуть, вытирают грудь против сердца, заставляют рубашикою обтирать лицо, а остальную воду выливают под притолоку. Некоторые

к такому составу прибавляют клочок мха, вынутый из угла, другие читают над водою молитвы. Этим оканчивается лечение с глазу".

Вот так, читатель, мы не только узнали, что такое сглаз по народному поверью и кто нам его передал (оказывается Восток), но и познакомились с тем, как снимать этот самый сглаз. К тому же и "Русское народное чернокнижие", и С. И. Ожегов в один голос утверждают, что к сглазу одного человека причастны глаза другого, в которых может заключаться яд, независимо от того, хвалит ли нас тот другой или смотрит на нас недоброжелательным взглядом "человека лихого, злобного, хитрого". Получается так: если человек недоброжелательный, злобный и хитрый, то что бы он ни говорил, пусть даже хвалил, кого бы то ни было, вслух, как бы он не смотрел, все равно сглазит. А можно ли по глазам человека определить, злой он или добрый, хитрый или простой, доброжелательный или наоборот? И еще, конечно, хотелось бы знать, каковы межличностные, "межглазные" отношения между отдельными людьми. В общем, если глазами можно сглазить, то неплохо было бы знать "кто есть кто".

Чтобы не быть дилетантами в этой проблеме, чтобы не запутаться в ней, послушаем, что говорят специалисты, профессионалы этого дела и аналитики. А таких аналитиков-профессионалов даже в нашей стране немало. Итак, первое слово Миннехану Гибадуллину - практикующему врачу, невропатологу, игло-, рефлексомануальному терапевту, опубликовавшему в 1991 году в Таллинне свою книгу "Физиогномика. Определение характера по лицу", в которой "впервые в нашей стране изложены сведения, ранее доступные лишь узкому кругу лиц". Приведем некоторые сведения из этой книги.

Издавна глаза считают окнами души. По глазам определяют внутренние переживания человека.

Люди с красивыми и притягательными глазами обладают здоровьем, умом, волей и темпераментом. Для красивых глаз характерным является излучение тепла, ярко выраженная радужная оболочка и хорошая защищенность веками. Отклонения от этих характеристик свидетельствуют о не-

достатках в интеллекте и темпераменте.

Люди с покрасневшими глазами и скошенными вверх яблоками решительны, нетерпеливы и склонны к вспышкам гнева; кроме того, у женщин такие глаза являются признаком неблагоприятия.

Для людей с лишенными блеска и влажными глазами характерным является недостаток энергии. Такие люди, как правило, пессимисты, склонные к печали, подавленности, депрессии.

Размер глаз говорит о степени активности человека и присутствия у него ума.

Большие глаза указывают на гармонию их обладателя с окружающим миром, поскольку основная информация поступает именно через глаза; одновременно такие глаза свидетельствуют о чувствительности души и мужестве; люди с такими глазами становятся лидерами.

Большие, чистые и сияющие глаза говорят о честной и творческой натуре.

Большие мечтательные глаза свидетельствуют о любящей музыкальной натуре и, с некоторой долей вероятности, о склонности их обладателя к искажению правды.

Глаза малого размера часто принадлежат замкнутым, а иногда и самодовольным и упрямым людям; чем меньше глаза, тем меньше способность человека воспринимать, различать и усваивать явления внешнего мира; глаза как у свиньи или у крота свидетельствуют о низком уровне понимания.

Большая радужная оболочка - признак милосердия, малая - свидетельство несбалансированности внутренних процессов организма, что отражается на взаимоотношениях с окружающими.

Цвет радужной оболочки указывает на энергичность или чувствительность человека.

Зеленые и коричневые глаза - признак энергичной натуры, человека действия.

Голубые глаза - примета чувствительной натуры.

Светло-коричневые глаза принадлежат застенчивым людям.

Характерными признаками отличительных черт человека являются веки глаз.

Слегка опущенное верхнее веко - признак зрелости, а сильно опущенное верхнее веко у мужчин - признак истощения

энергии.

Разбухшее нижнее веко - примета бурной жизни.

Слишком провисшее нижнее веко - неконтролируемость влечений.

Припухлые, вздутые верхние и нижние веки - показатель усталости от жизни.

Если внешние уголки глаз утопают в сети расходящихся морщинок, то это признак проницательности.

На Востоке различают до 40 типов глаз и все они отождествляются с глазами животных. Назовем некоторые, наиболее характерные типы глаз.

Большие глаза с живым блеском (глаза дракона) свидетельствуют о стремлении к власти.

Глаза удлинённой формы с загнутыми вверх кончиками (глаза феникса) - признак утончённой натуры.

Большие глаза с многочисленными складками на веках (глаза тигра) - свидетельство жажды лидерства.

Узкие, вытянутые глаза с двойными, тройными веками (глаза слона) говорят о спокойном характере.

Круглые с желтоватым блеском (глаза тигра) - признак упрямства и настойчивости.

Узкие, маленькие глаза с черно-желтой радужной оболочкой (глаза овцы) свидетельствуют о страстной натуре.

Глаза с треугольным разрезом и провисшими веками (глаза лошади) - признак весёлости, болтливости и вместе с тем мудрости и таланта.

Глаза с изломом верхнего века и тусклой радужной оболочкой (глаза вепря-кабана) свидетельствуют о верности, честности, развитом чувстве долга.

Хотя брови и не относятся к органам зрения, но поскольку они расположены совсем недалеко от глаз, воспользуемся тем же источником - книгой М. Гибадуллина, чтобы более полно определять характер человека.

Пропорционально развитые брови (форма, цвет, густота) указывают на сбалансированность эмоций, ума и характера.

Жёсткие, щетинистые брови - признак разбалансированности эмоций, ума и характера.

Густые брови, внешними концами дыбом поднимающиеся вверх, - признак щедрости души и мужества.

Опускающиеся внешние кончики бровей - показатель застенчивости.

Короткие густые брови говорят о взрывной натуре. Густые и щетинистые брови - признак дьявольской натуры (злой ум при отсутствии интуиции).

Щетинистые брови свидетельствуют о строптивости, упрямстве, бескомпромиссности.

Густые, тяжелые, соединяющиеся брови говорят о неодолимом стремлении к доминированию (господству, преобладанию) над другими. Женщина с такими бровями не подходит к традиционной роли домашней хозяйки.

Высоко расположенные брови - признак целеустремленности.

В руководстве по хиромантии, френологии, темпераменту и графологии "Внешность и судьба" глаза разделяются на шесть типов.

1. Глаз, сидящий в крупном и круглом широко открытом веке, несколько налившим кровью; белок испещрен с внешнего угла век кровавыми жилками; сам белок с нездоровым, иногда желтоватым отливом (общее впечатление глаз - вытаращенные); ресницы короткие, бровь высоко над глазом с натопорщенными волосками - натура раздражительная, вспыльчивая, но не лишённая большой гуманности, детолюбия; в минуты хорошего настроения обладатель таких глаз не лишен откровенной веселости (но не остроумия).

2. Глаз, сидящий в узко прорезанных продольных веках; внешний угол век приподнят; бровь также приподнята к виску; зрачок с острым взглядом из-за коротких, но густых ресниц; веки часто суживаются (такое впечатление производят глаза близоруких) - натура наблюдательная, скрытная, хитрая, лицемерная, неглупая, страстная в половом смысле, с большой выдержкой и неограниченным эгоизмом.

3. Под полуопущенным верхним веком зрачок глаза как бы не рефлектирует на свет и производит поэтому впечатление не имеющего блеска; бровь в форме правильной дуги; веки бледные; ресницы длинные редкие - натура бесстрастная, но умеющая глубоко проникать в чужие страсти, проницательная, неподкупная и серьёзная, справедливая до жестокости.

4. Глаз как бы в опухших веках; крупный

зрачок безо всякого индивидуального выражения, густые длинные ресницы, густая и длинная бровь (общее впечатление глаз - сонные) - натура ленивая, апатичная, но не лишенная в своей пассивности и доли наблюдательности, понятливость тупая; но натура скорее мягкая, чем грубая.

5. Глаз открыт обычно широко; выражение меняется в связи с внутренней переменой духа; при разговоре зрачок обладателя такого глаза смотрит большей частью в упор на слушателя; бровь изогнута по-середине вверх, а потом опускается к виску; ресницы загнуты круто вверх - натура энергичная, активная, самостоятельная и упрямая, не терпящая промедлений при исполнении просьб или приказов; храбрая, смелая, решительная и благодаря смелости правдивая до резкости.

6. Глаз производит впечатление маленького ("свиного") вследствие малого прореза век; веки тяжелые; выражение глаз бесцветное, хотя зрачок часто "бегающий"; ресницы редкие, бровь небольшая и редкая - натура небогатая духовно; мелко-хитрая и практично-сметливая; эгоистическая и ханжеская; доброта скорее расчетливая, чем искренняя.

Совпадение наблюдений за внешними отличительными признаками людей и интуиции укрепляет нашу уверенность в собственных силах и возможностях анализировать характер и поступки отдельных людей и на основе этого строить свои взаимоотношения с ними.

"Эти глаза напротив" - слова известной песни. Но о чем они нам говорят? А насколько совместимы или не совместимы люди с различными глазами? Обратимся с этими вопросами к руководителю школы современного предсказания Сергею Попову, а точнее - к его книге "Гадание по глазам", изданной МП "Алфавит" в 1992 году. В ней говорится следующее.

Если человек имеет холодный цвет глаз (синий, голубой, серый), то ему надо стараться не быть материалом в чужих руках. Такие люди сами являются творцами, а окружающий их мир - материалом для их причудливых замыслов. При этом не стоит задумываться, можно ли воплощать эти замыслы в жизнь, потому что им разрешается делать все, чего искренне хочется. Не следует также бояться сопротивления ок-

ружающих, так как люди с цветом глаз, отличным от холодного цвета, воспримут как истину любые предложения людей с серыми, голубыми или синими глазами, считая, что эти люди являются носителями абсолютного знания, которое избавляет их от мучительных поисков. При этом не надо сомневаться в себе в присутствии посторонних.

Людам с глазами такого же холодного цвета, как у вас, не следует навязывать свои идеи - лучше иметь в их лице заинтересованных компаньонов.

Люди с холодным цветом глаз никогда не должны отказываться от своих замыслов, если они почувствуют непреодолимое желание действовать. Отказ от замыслов для таких людей - незаживающая рана.

В любви людям с синими, голубыми и серыми глазами следует выбирать партнёра основываясь не на логике, а на интуиции и никогда не нужно вступать в брак без чувств, так как такой брак счастья им не принесет. Браки между светлоглазыми часто распадаются с взаимной претензией: "партнёр не нуждается в моей любви". Если же брак между такими людьми сложился, то им не следует заниматься перевоспитанием друг друга, так как оба являются творцами. Лучше направить усилия либо на укрепление семьи, либо на личное преуспевание.

Кареглазые, как в воздухе, нуждаются в любви со светлоглазыми людьми. Чтобы добиться привязанности к себе кареглазого человека необходимо следовать двум правилам: научиться угадывать его желания и, не говоря о своей догадке, исполнять их; никогда не критиковать партнёра, а в ситуации, где его неправота очевидна, брать вину на себя.

Атака на кареглазых должна проводиться решительно, не взирая на то, что их сердце уже занято другим человеком. Главное, чтобы приступ был головокружительным и страстным, что будет оценено по заслугам.

Женщинам браки с кареглазыми доставляют много приятных минут, но со временем вызывают разочарование, в связи с тем, что у кареглазых обычно отсутствует сильная мужская рука.

Чтобы завладеть сердцем зеленоглазого, человеку, имеющему холодный цвет

глаз, следует узнать, как должен одеваться, что думать и говорить идеал зеленоглазого. После этого проверить возможность своего перевоплощения в этот идеал. Если такая роль не подавляет светлоглазого, то можно очень быстро достичь цели. Однако не стоит атаковать зеленоглазого, если его сердце занято, так как возможная победа не принесет продолжительного успеха.

Изумрудноглазая спутница верна и надежна. Она многое простит и всегда придет на помощь, если знать, как попросить ее об этом.

Женщин со светлыми глазами и непредсказуемым поведением зеленоглазый партнер утомит своими жесткими рамками и настороженным отношением к импровизации. Но в любом случае она найдет в нем человека, ответственного за судьбу семьи, который никогда не потребует большего, чем в состоянии дать сам.

Человек с серыми, синими или голубыми глазами найдет в партнере с серо-кариими глазами одновременно и искрометность любовника, и надежность супруга. Но поступки серо-кареглазого непредсказуемы не только для партнера, но и для него самого. Поэтому не надо пытаться свести логику его поступков в одну формулу поведения, потому что в его душе попеременно берет верх то щедрый человек-творец, то жадный потребитель чужих сил и эмоций. Чтобы надолго завоевать симпатии такого человека, надо безошибочно угадывать, с какой именно ноги он встал в данный момент и превратится ли он в безропотного раба или в беспощадного тирана.

Если светлоглазый человек чувствует в себе склонности садиста, если ему нравится смотреть, как струятся слезы и подавляются стоны, если тихому счастьем он предпочитает вулкан сменяющих друг друга страстей, то ему следует выбрать себе в спутники жизни человека с серо-зелёно-кариими глазами. Соблазнить такого человека довольно просто, если сделать вид, что подчинился его воле. Поскольку таким людям самим редко удастся кого-то подчинить своей воле, увидев, что это осуществилось, они сами от радости попадают в силки других. Удержать при себе человека с серо-зелёно-кариими, или, как говорят, со средне-русскими, глазами можно лишь самым жестоким образом подавляя в нём личность.

Если вы общаетесь с серо-зеленоглазыми, то, одержав победу по всем правилам, какие требуются для их капитуляции (натиск, остроумие, а чаще нахальство), не следует спокойно почивать на лаврах. Наоборот, нужно прикинуться слабым, остро нуждающимся в сострадании, то есть нужно поменяться местами с побежденным. Человек с серо-зелеными глазами с человеком, который его победил, жить не будет - он постарается найти человека послабее и взять реванш, расставшись со своим победителем. В борьбе за влияние на человека с серо-зелеными глазами следует опасаться не тех, кто сильнее, а наоборот - более слабых.

Отношения людей с холодным (серым, синим, голубым) цветом глаз с людьми, у которых глаза зелёно-карего цвета, поражают своим непостоянством. Зелёно-кареглазый то притягивает к себе своей беспомощностью, подобострастным взглядом, то отталкивает ограниченностью взглядов на жизнь и боязнью перешагнуть границы своих догм и представлений. Для того, чтобы подчинить такого человека, активности проявлять не следует - надо просто иметь терпение и выдержать срок, который зелёно-кареглазый считает для себя приемлемым, чтобы сдаться сероглазому. В дальнейшем в отношении с таким человеком надо проявлять волю, напористость и уверенность. Здесь не место дипломатии.

Кареглазый человек должен делать ставку на умение нравиться людям. Ему следует использовать в отношениях с другими свои главные козыри - привлекательность, каприз и выжидание. Если этими качествами умело пользоваться, то окружающие в борьбе за обладание им перессорятся между собой за право выполнять его желания. Привлекательности следует отдавать все силы, не допуская небрежности ни в одежде, ни в причёске, не нужно забывать и о внутренней привлекательности, следя за своей лексикой и не употребляя жаргонных слов. Обязательно быть капризным, стараясь уверить всех, что окружающий мир существует лишь для того, чтобы угадать желания кареглазого и тут же исполнить их. Кареглазые выглядят очень пикантными, когда отказываются от дорогих, но нежелательных подарков. Такие люди смекалисты и достигают поставленной це-

ли, не прибегая к изнурительному труду. Они достигают успеха, если из числа обожателей выбирают такого спутника жизни, который способен пожертвовать для них больше, чем другие. Постоянное требование жертв со стороны других создает кареглазому имидж избранника.

Кареглазому достичь любви серо-сине-голубоглазого очень трудно, а потерять ее легко, особенно если сероглазый поймет, что кареглазый всеяден. Поскольку сероглазые не только импульсивны в проявлении своих чувств, но зачастую их активность сменяется хандрой, не следует подавать вида, что вас это пугает, чтобы они не могли вас обвинить в непонимании. Когда сероглазый станет лепить из кареглазого придуманный им образ, следует поддерживать его в обмен на чуткое отношение к своим нуждам. Если сероглазый сам выбрал кареглазого, он может быть идеальным спутником жизни, а если дорожить его чувством, то это доставит много приятного и оградит от бед и лишений.

В отношениях кареглазых с кареглазыми следует командный голос заменить на поджатые губы. Такие люди не могут быть друг для друга надежной опорой. Кареглазому не следует ждать от зеленоглазых безрассудных страстей, но от них и не дожидаться жалоб на эгоизм партнера. Для того чтобы приобрести в зеленоглазом надежного, взвалившего на себя воз забот спутника, кареглазому следует соответствовать четким ограничениям с его стороны. Заметив, что он изредка посматривает в сторону, следует уличить его в этом, призвать его все делать по совести, и тогда он всю жизнь будет стараться искупить свою вину.

Серо-кареглазые люди манят кареглазых уверенностью в себе и щедрыми обещаниями, но очень быстро об этом забывают, требуя обещанное ими от своего партнера. Через некоторое время они вновь становятся самоуверенными и щедрыми, а потом - наоборот. Все это повторяется без конца. Не надо стараться их удержать, если они покидают вас, надо ждать, когда в них вновь заговорит щедрость и они будут искать объект для ее проявления. Слегка выждав, можно принять от них то, что они дарят.

Общаясь с серо-зелено-кареглазыми, не следует кареглазым делать ставку на ка-

кую-то одну линию поведения. Человек со среднерусскими глазами сам выбирает себе спутника жизни, сам обвиняет его в том, что тот сломал ему жизнь и сам бичует себя за за недалекость в своём первоначальном выборе. Расставаясь с другим, он будет мечтать соединиться с ним вновь, а соединившись - лелеять надежду на расставание. Такой человек способствует тому, что его кареглазый спутник станет искать утешения от житейских бед в религии.

Кареглазый может со спокойной душой сдаться в плен серо-зеленоглазому, который никогда не бросит своего спутника, если когда-то его покорила. Бросать же серо-зеленоглазого никогда не надо тайком, нужно сделать это так, чтобы он понял поступок оставляющего его человека.

Пойдя на партнерство с зелено-кареглазым, человеку с карими глазами следует быть консервативным в своих капризах, сохранить свои прихоти и ничего не придумывать нового. Он не должен рассчитывать, что приобрел домоседа. Если зелено-кареглазый начнет гулять, то на это следует закрывать глаза, молча взывая к его совести.

Если у человека зелёные (изумрудные) глаза, ему следует помнить, что главной целью его жизни должно быть согласие с самим собой, он должен оставаться довольным своими мыслями и поступками, чтобы не в чем было упрекнуть себя. Человек с такими глазами и сам любит трудиться, и от других требует того же, но он никогда не потребует от других больше того, что может дать сам. Такие люди знают, какими качествами обладают они сами и какими окружающие их люди и предмет сердечной привязанности. Если человек соответствует требованиям зеленоглазого, то последний скорее пострадает сам, чем даст в обиду своего избранника. С теми же, кто не отвечает его требованиям, он ведет себя настолько небрежно, что приобретает в их лице врагов. Дружья ценят зеленоглазых за надежность, а враги ненавидят за твердость. Поскольку зеленоглазые в значительно большей степени рыцари, чем дипломаты, им не следует стремиться вставать во главе большой игры, чтобы не переступить через судьбы дорогих им людей и не заигрывать с непри-

ятными людьми. Наиболее приемлемое для них место в больших играх - роль незаменимого "второго", в которой он может добиться не меньше "первого", благодаря своему трудолюбию и умению добиться согласия с самим собой, что значительно важнее, чем амбиции лидера. Зеленоглазый мужчина покровительствует не только своим детям и близким, но и всем, кого принял под свою опеку. Зеленоглазая женщина всегда оставит важные дела и бросится на помощь любимому человеку. Надо опасаться людей, которые быстро смекают, в какие одежды им надо рядиться, чтобы направить рыцарский нрав зеленоглазого на достижение их неблагоприятных целей. В интимной сфере зеленоглазые в одинаковой степени жаждут и любить сами и чтобы их любили.

При контактах с людьми холодного цвета глаз (серый, голубой, синий) следует учитывать, что они быстро ориентируются, каким требованиям надо соответствовать, чтобы заставить партнера лить воду на их мельницу. При вхождении с ними в деловые отношения следует делать вид, что они не разгадали вас до конца, ибо в противном случае, взяв все, они выбросят вас совершенно опустошенным. Такие люди зажигательны, когда они на подъеме, и никогда не нуждаются в чьей-то любви находясь в состоянии депрессии. С сероглазыми не имеет смысла бороться за лидерство, так как они всегда превзойдут зеленоглазых в жесткости и неординарности своих ходов для достижения цели. Если зеленоглазый придет на помощь сероглазому, когда тот попадет в затруднительное положение, то последний примет такую помощь с благодарностью и на время уступит лидерство добровольно.

Для зеленоглазого мужчины кареглазая спутница жизни крайне привлекательна, а для зеленоглазой представительницы прекрасного пола кареглазый спутник надежен своим постоянством, особенно если его очаровать и иметь от него как можно больше детей.

Контакт и партнерство между зеленоглазыми очень перспективны, если с первого взгляда они произвели друг на друга благоприятное впечатление.

Для зеленоглазых не имеет смысла вступать в серьезные отношения с серо-

кареглазыми, если они не желают иметь дела с людьми, у которых за вспышкой чувств следует коварство.

Обладатели серо-зелёно-карих глаз, как никто другой с глазами иного цвета, нуждаются в опеке зеленоглазых, если, конечно, зеленоглазые согласны взирать на амбиции и страхи своих подопечных как на игрушечные, будут любить их как детей, прощать их капризы и власть.

Общаясь с людьми, у которых глаза серо-зеленого цвета, не следует задумываться над тем, как они воспринимает вас. Никогда также не следует пытаться изменить точку зрения такого партнера.

Обладатели глаз зеленого цвета в лице зелёно-кареглазого могут найти надёжного телохранителя и ревностного продолжателя своих начинаний. Зелёно-кареглазые люди никогда не будут впадать в состояние амбициозности, если им указывать на их недостатки.

Человек с глазами серо-карего цвета не будет страдать от недостатка людей, которые относятся к нему с большой долей почтения и ждут его дружеского расположения. Однако сами серо-кареглазые не торопятся завязывать дружеские отношения с другими людьми из-за своего противоречивого, непонятного для окружающих и ему самому характера. Такой человек то желает безграничной власти над собой, то вдруг сам стремится стать тираном. Постоянно разочаровываясь в людях, он надеется обрести комфорт в одиночестве. И не находит, потому что наедине с собой некого подчинять и некому подчиняться. Разрушая чужие судьбы, человек, имеющий серые глаза с прожилками каревого цвета или карие глаза с серыми вкраплениями, сам при этом не становится счастливым. Помочь ему может только тот, кто поймет тайну его непостоянства.

Наиболее удачные отношения у серо-кареглазых складываются с обладателями серых, серо-кареглазых, серо-зелёно-карих и серо-зелёных глаз. Сероглазые привлекают неразборчивостью в достижении своих целей. Серо-кареглазые (а такие встречаются довольно редко) вызывают у людей с такими же глазами преклонение перед своей личностью, ибо с такими людьми можно и испытать очаровательную слабость, когда другой в это время об-

ладает над ними властью, и проявить силу, когда этого желает другой. Обладатели серо-зелено-карих глаз близки серо-кареглазым своими противоречивыми претензиями, но никогда не представляют для них опасности, так как в любой конфликтной ситуации серо-кареглазый всегда окажется на голову выше и ничего, кроме времени, не позволит себе потерять. В людях с серо-зелеными глазами всегда можно найти преданного друга, но не партнера по интимным отношениям, так как в этом плане они не в состоянии разбудить чувства серо-кареглазых.

Контакт серо-кареглазого человека с кареглазым практически невозможен из-за их особенности интересоваться собой больше, чем другими. С людьми, имеющими зеленый цвет глаз, серо-кареглазому человеку не имеет смысла иметь серьезные отношения, так как они требуют преданности слову и делу не только себя, но и других. Мудрые и печальные зелено-карие глаза будут всегда отталкивать серо-кареглазых.

Обладатели среднерусских глаз, или глаз серо-зелено-карего цвета, непоследовательны в своих устремлениях, проклинают себя за сомнения и нерешительность. В жизни такого человека причудливо сплетены горечь и восторг, вера и скепсис, надежда на чудо, которое должно принести счастье.

Сероглазый восхищает людей со среднерусскими глазами оригинальностью взглядов и решительностью поступков. В части более близких отношений им следует подумать, так как сероглазые требуют беспрекословного подчинения.

Женщинам со среднерусскими глазами не рекомендуется иметь серьезных отношений с кареглазыми. Мужчина же рядом с кареглазой спутницей будет счастлив и оградит себя от конкурентов.

Серо-зелено-кареглазые никогда не будут счастливы с обладателями зеленых глаз. Также не рекомендуется союз с серо-кареглазыми.

Наиболее предпочтительны отношения человека со среднерусскими глазами с людьми, имеющими такой же цвет глаз, а также серо-зеленый или зелено-карий цвет.

Замыслы людей с глазами серо-зеленого цвета смелы и дерзки. Эти люди обладают большой энергией, но из-за их ориен-

тации на мнение окружающих и неспособности конфликтовать с теми, кто им дорог, они не могут пойти на серьезные преобразования. Такие люди не делают того, что может вызвать осуждение других, и не осуждают других, если последние не поняли их лучших устремлений. Во всем они осуждают самих себя. Поэтому люди с серо-зелеными глазами часто страдают. Они могут себя обречь на несчастную жизнь с нелюбимым человеком, когда этого потребует кто-то, чьим добрым отношением к себе они дорожат.

Сероглазый партнёр весьма привлекателен для человека с глазами серо-зелёного цвета, но отношения между ними должны регулироваться, так как оба будут стремиться покорить друг друга своим очарованием и жертвенностью во имя любви и одновременно язвительно относиться к недостаткам другого.

С кареглазой женщиной её серо-зеленоглазый спутник будет испытывать состояние стабильности в чувствах и отношениях. Для серо-зеленоглазых женщин союз с кареглазым чреват переживаниями за судьбу самолюбивого партнера. Зелёноглазый без сопротивления подчинится партнеру с серо-зелеными глазами.

Вряд ли стоит надеяться на серьезные отношения между людьми с серо-зелеными и серо-карими глазами из-за особенностей характера последних.

Если серо-зелёноглазому смотреть снисходительно на капризы и уколы в его адрес со стороны человека со среднерусскими глазами, то союз с таким человеком может принести удовлетворение в интимных отношениях.

Идеальный партнер для обладателя серо-зелёных глаз - человек с зелёно-карими глазами, если закрыть глаза на несхожесть взглядов и привычек. Жизнь серо-зеленоглазого с человеком, имеющим такой же цвет глаз, будет сопровождаться частой сменой настроений, усталостью друг от друга и желанием покоя.

Человек с глазами зелёно-карего цвета, устанавливает свои отношения с другими людьми в зависимости от того, как они относятся к его персоне. Зелёно-кареглазым требуется для собственного удовлетворения, чтобы невнимательный к ним человек пожалел об этом. Чтобы добиться это-

го, они могут пренебречь собственным благополучием и даже своей жизнью. Им следует избегать подобных ситуаций, так как из них трудно выбраться. Такие люди любят, когда на душе у них спокойно. Они ревностные носители традиций семьи и нации, за что их уважают друзья и ненавидят враги. В других они также ценят следование обычаям и привычкам, а преуспевают в той деятельности, которая требует усидчивости и точности. В любви их отличает требовательность к партнеру. Из-за их обаятельности к ним тянутся окружающие в надежде обрести покой и житейские советы. Их жизнь будет переполнена дружбой, любовью и другими человеческими радостями, если они оградят себя от тех, кто относится к ним с неприязнью.

Человека с зелено-кариими глазами привлекают сероглазые, но добиваться их внимания следует не наскоком, а умело покоряя своими душевными качествами. Добиваться внимания кареглазого лучше всего демонстрируя жесткие требования как к себе, так и к партнеру, но от строгих семейных уз зелено-кареглазого всегда будет тянуть к неожиданным всплескам эмоций, что неприемлемо для кареглазых.

Следует учитывать, что, вступая в союз с зеленоглазым, человек с зелено-кариими глазами должен превратиться в покорного идолопоклонника.

Партнерские отношения с серо-кареглазыми ничего хорошего обладателю зелено-кариих глаз не дадут.

Союз с человеком со среднерусскими глазами обещает быть удачным и очень устойчивым. Очень удачен союз с серо-зеленоглазыми людьми, если, не задумываясь, отвечать на их ухаживания, но в своих ухаживаниях следует быть сдержанным и терпеливым.

Сделав предложение человеку, имеющему такие же зелено-карие глаза, можно приобрести надежный семейный очаг, особенно если он будет основан на общенациональной и социальной почве.

Конечно, глаза человека - это далеко не единственный показатель характеристики темперамента, поведения человека и его взаимоотношений с другими людьми. Вековые наблюдения людей аналитического склада ума показали, что все это зависит и от множества других отметин на

участках тела человека. Мы не будем сейчас говорить, например, о хиромантии. Оставим этот вопрос специалистам. Никто же не станет для того, чтобы проверить свою интуицию в отношении характера человека и решения вопроса, стоит или не стоит вступать с ним в какие-либо отношения, хватать другого за руку и изучать рисунок его ладони. А глаза - они всегда на виду. Но почему же все-таки глаза не только характеризуют человека и его контакт с другими, но и позволяют в зависимости от своих чувств наносить серьезный урон здоровью того, к кому могут возникнуть неприязненные чувства. Неужели настолько всемогущи наши глаза, что обладают силой, способной наносить урон себе подобному, способной сглазить. Как же в таком случае механизм нанесения сглаза и что это за сила стоит за нашими глазами?

Я, возможно, разочарую некоторых читателей, если скажу, что вне зависимости от того, какого цвета наши глаза и насколько эти глаза характеризуют ту или иную личность, не они являются непосредственным инструментом, которым орудует человек, наносящий сглаз другому. Точно так же не от цвета глаз зависит характер человека, а наоборот - цвет глаз является своего рода информатором того, что заложено в характере человека, в его душе, в духе, которым он живет. Глаза одного человека являются информатором для остальных людей, а точнее одним из информаторов, о других, более важных характеристиках и особенностях человека. И к числу таких характеристик и особенностей я отношу, прежде всего, специфику биополя того или иного индивидуума. Несмотря на то, что существуют общие особенности анатомии и физиологии человека, отличающие его от других обитателей земли, анатомия и физиология биополя любого человека характеризуется определенными общими показателями и параметрами, каждый человек индивидуален и уникален благодаря определенной специфике каждого своего органа, каждой своей клетки, каждой вибрации своего биополя. А увидит ли это кто-либо на "табло" глаз, ладоней, подошвах ног, структуре тела и т. д., почувствует ли кто-либо это через своё биополе, это уже другой вопрос.

Что же касается сглаза, то это происходит не с помощью обычной пары красивых или менее красивых, умных или глупых, доброжелательных или злых наших глаз. Увидев что-то глазами, мы можем лишь позавидовать или испытать какие-нибудь другие недоброжелательные чувства к кому-либо. Эти чувства от "разумных" полушарий нашего мозга передаются в, казалось бы, дремлющий, атрофированный участок мозга. А точнее в его подсознательную часть, именуемую эпифизом или третьим глазом, который в то же время является одним из важнейших органов нашего биополя и находится в непосредственной, "добрососедской" близости от мозга и от двух других глаз. И именно из этого третьего глаза может вылететь чёрная стрела сглаза, то есть сглаз выстреливает из глаза третьего, если... Но об "если" поговорим чуть позже. А пока несколько подробнее, чем мы делали это ранее, ознакомимся с этим самым заслуживающим особого внимания третьим глазом, который, как, оказывается, может быть и коварным.

Анатомически третий глаз представляет собой шишковидное тело массой около 0,2 г. Это тело называется также шишковидной железой или эпифизом и является верхним придатком мозга, принадлежащим также промежуточному мозгу. Эволюционно происхождение эпифиза связано с теменным органом некоторых высших рыб и пресмыкающихся. Сравнительно анатомически эпифиз рассматривается как орган зрения. У круглоротых (низшие водные позвоночные животные, имеющие рот в виде воронки, к которым в современной фауне относятся миноги и миксины) эпифиз сохранил до известной степени строение глаза, а у бесхвостых земноводных он находится в редуцированном (уменьшенном, ослабленном) виде под кожей головы. У млекопитающих и человека эпифиз имеет строение железы. Современной медицинской наукой физиология эпифиза изучена недостаточно - ему отводится, в основном, роль функции эндокринной железы. Но для нас, занимающихся биоэнергетикой и знахарством, эпифиз - это не только железа. Это один из высших энергетических центров нашего биополя, выше которого лишь сам Господь Бог или Высший Космический Разум.

Мы уже знаем, что третий глаз является энергетическим центром шестой чакры (Аджны), через который осуществляется питание тела энергией, получаемой из мезосферы. Мы также знаем, что энергия этого тела пронизывает биоэнергетические тела, питаемые пятью предыдущими (с первой по пятую) чакрами, и физическое тело человека. То есть третьему глазу в физическом теле и биополе человека подвластно все, снизу доверху, исключая, конечно, то, что "принадлежит" седьмой чакре (Сахасраре).

Таким образом, наносящий сглаз человек, получив информацию о другом человеке и отреагировав на эту информацию отрицательно, через третий глаз сознательно или подсознательно посылает негативные вибрации своего биополя в биополе человека, который вызвал в нем неприязненное к себе отношение. Информация эта получается чаще всего глазами, то есть считывается, если так можно выразиться, со своих глаз, и посылается через своего ближайшего, очень мощного "соседа" - третий глаз - в того, кто по той или иной причине вызвал негативные чувства и кто энергетически защищен значительно слабее сглаживающего.

А теперь более подробно о самом сглазе.

Сглазили

Так что же это такое - порча, сглаз и прочие напасти? Можно ли их увидеть или почувствовать, не по симптоматике и не по слухам или во сне, а наяву? Конечно можно. И не только увидеть, но и почувствовать. Начнем со сглаза. Сглазить можно человека слабого, энергетически незащищенного или слабо защищённого. Хорошо, если человек не верит ни в сглаз, ни в порчу. Но, к сожалению, неверие во что-то и стопроцентная защита от воздействия этого "что-то" - не всегда одно и то же. От сглаза, как и от порчи, не застрахованы ни верующие, ни ортодоксы, ни идеалисты и материалисты, ни демократы и коммунисты, ни радикалы и консерваторы. Если бы это было не так, то не "появился бы вдруг" этот самый синдром хронической усталости, все симптомы которого совпадают со сглазом и порчей. Никто не станет отри-

цать того, что общение с одними людьми приносит нам радость, прилив сил, а от общения с другими мы страшно устаем, нам становится как-то не по себе. Если состояние усталости проходит, когда мы перестаем общаться с выводящими нас из себя людьми, то это обыкновенный энергетический вампиризм. А если нет?

"У него (у нее) дурной глаз", "Его (ее) сглазили", "Бойся глаза карего", "Он (она) у меня в печёнках", "Он мне селезёнку отбил" и другие похожие выражения издавна известны в народе. Откуда взялись эти выражения? Многие ли это знают? А почему, когда кто-то нам пожелает успеха или выразит восторг в связи с нашими успехами, мы по народному поверью, или должны послать его к нечистому, или постучать по чему-то деревянному (а еще лучше по дереву), или сказать что-то вроде "тьфу-тьфу, чтоб не сглазил", поплеывая при этом хотя бы символически. А кто не встречал людей, которым неприятно смотреть в глаза?

Сглазить человека со слабым биополем и слабым характером может любой человек с более сильным биополем и более сильным характером. Сглаз - это отрицательное биоэнергетическое воздействие одного человека на другого, приводящее к нарушению энергообмена подвергнутого сглазу человека с окружающей средой, когда в биополе последнего образуются энергетические пробои, или "дыры", через которые "вытекает" поступающая в организм человека энергия. При сглазе человек может иметь от одного до шести (по количеству шести первых энергетических центров - чакр) таких пробоев.

Представьте себе, что одна или несколько чакр, через которые ваш организм впитывает энергию, вдруг начинает работать "наоборот". Это как простреленная бочка с водой, из которой жидкость бьет горизонтальными фонтанчиками. Все остальные, не пробитые чакры, питающие ваш организм, могут в сумме не компенсировать эти энергопотери. Кроме того, у каждой чакры свое предназначение, и при этом происходит структурный энергетический сдвиг. У вас не хватает сил, чтобы проснуться утром и лечь спать вечером. О делах, которые вы должны делать днем, и речи быть не может. Бессилие.

Сглаз - не всегда плод сознательных дурных намерений кого-то из ваших знакомых. Ваша соседка может сказать: "Какая у вас хорошая, красивая дочка!" И даже она сама при этом не будет осознавать, что за ее словами - разочарование в собственных детях, зависть, желание, чтобы другому не было лучше, чем ей. Если у нее сильная энергетика, то не ее ласковые слова, а её неосознанная недоброжелательность может оказать влияние на вашего ребенка. Девочка вдруг потеряет румянец, станет часто простужаться. "Сглазили..." Нередко встречаются матери, которые любят выставлять фотографии своих обожаемых детей под стеклом на рабочем столе. Никому не советую этого делать, ведь и по фотографии сглазить достаточно просто. Старайтесь сторониться людей, которые рассыпаются в комплиментах. "Ах, как вы хорошо выглядите!" "Ах, какое у вас красивое платье!" Под приятными словами очень часто прячутся недобрые мысли. И если ваша биоэнергетическая оболочка недостаточно прочна, ее легко могут пробить. Зависть и недоброжелательность наиболее "эффективны", когда они сознательны и вам искренне и откровенно желают зла. Тут даже человек с не очень развитой биоэнергетикой способен нанести ощутимый вред. Особенно тяжел случай, когда "пробиты" все семь основных чакр.

Диагностировать наличие отрицательных биоэнергетических воздействий можно различными способами. Симптомы сглаза и порчи довольно похожи. Прежде всего это ярко выраженная психическая и физическая астения, проявляющаяся в повышенной утомляемости и истощении, в крайней неустойчивости настроения, ослаблении самообладания, нетерпеливости, неусидчивости, нарушении сна, утрате способности к длительному умственному и физическому напряжению, в непереносимости громких звуков, яркого света, резких запахов. Психическая симптоматика обычно выражается в угнетенном состоянии, раздражительности, в уменьшении или полном исчезновении воли. Теряется аппетит, возникают расстройства в соматической нервной системе, иннервирующей мышцы тела и обеспечивающей сенсорные и моторные функции организма. Зачастую после длительных

мытарств по различным врачам человек со сглазом или порчей попадает в руки карательной медицины - психиатрии. Психиатры охотно ставят больному свой любимый диагноз - шизофрению. Но лечить подобную "шизофрению", как впрочем и другие "психические" болезни, психиатры, сами нередко больные, не умеют.

Целители для диагностики сглаза пользуются различными способами. Метод диагностики "рентген" мгновенно показывает затемнение в тех чакрах, в которые "прошёл" сглаз. Можно поставить пациента к себе боком и, спокойно проводя ладонями, направленными параллельно друг другу (рабочая рука со стороны груди, экранирующая напротив нее со стороны спины), сверху вниз, можно определить, какая чакра и с какой стороны (со стороны груди или со стороны спины) пробита. Когда руки целителя находятся на уровне пробитой чакры, та рука, которая отбрасывается, определяет место и сторону сглаза.

Диагностика сглаза методами биолокации ничем не отличается от диагностики любой другой болезни. Биолокация сглаза производится с помощью рамки, руки и маятника. При этом имеется в виду, что сглаз - это энергетический пробой биополя в месте расположения одной или нескольких чакр. Рассмотрим это на примере.

- Находящегося передо мной пациента сглазили?

- Да.

- Сглаз умышленный?

- Да.

- Сглаз сделал мужчина?

- Нет.

- Сглаз сделала женщина?

- Да.

- Сглазившей женщине 50 лет? (Имеется в виду, что не менее 50 лет).

- Да.

- Ей 60 лет?

- Нет.

- Ей 55 лет?

- Да.

- Ей 56 лет?

- Да.

- Ей 57 лет?

- Нет.

- Она блондинка?

- Нет.

- Она брюнетка?

- Да.

- У нее карие глаза?

- Нет.

- Желтые?

- Да.

- Она родственница пострадавшей?

- Да.

- Родственница со стороны мужа?

- Да.

- Мать мужа?

- Да.

- Она против брака пострадавшей с ее сыном?

- Да.

- Сглаз сделан год назад?

- Да.

- Один год и шесть месяцев?

- Нет.

- Один год и три месяца?

- Нет.

- Один год, два месяца и десять дней?

- Нет.

- Один год, два месяца и один день?

- Да.

- Один год, два месяца и два дня?

- Нет.

Таким образом, в результате биолокации выяснено, что сглаз сделан матерью мужа пострадавшей с целью их развода. Умышленный сглаз сделан один год, два месяца и два дня назад. Далее выясняется, что именно в течение этого периода неожиданно возникшие ссоры переросли в неприязненные отношения между пострадавшей и ее мужем, и муж подал заявление в суд о разводе и разделе имущества. Это всего лишь пример из реальной жизни.

При диагностике сглаза различными методами можно узнать самые различные обстоятельства и подробности причин и "технологии" нанесения сглаза. Основными причинами и движущими мотивами сглаза являются зависть, неприязненные отношения, ненависть и другие отрицательные эмоции в отношениях между людьми. Сглаз может быть непреднамеренным и преднамеренным. Основой непреднамеренного сглаза является одно из наиболее сильных проявлений эгоизма - зависть. Как правило, люди завистливые страдают энергетическим вампиризмом. Подробно об энергетическом вампиризме я рассказываю в книге "Кармаэнергетичес-

кие вампиры". Здесь же следует сказать, что сильный энергетический вампир нередко способен "пробить" оболочку биополя не менее сильного энергетически донора, если вампиризм усугубляется завистью.

Давайте вдумаемся в смысл такого неприятного и небезопасного чувства как зависть. Толкователь русского языка Сергей Иванович Ожегов определяет зависть как чувство досады, вызванное благополучием, успехом другого. А досада, в свою очередь, это чувство раздражения и неудовольствия вследствие неудачи, обиды. Суммируя оба понятия, можно определить зависть как чувство раздражения и неудовольствия вследствие неудачи, обиды, вызванных благополучием, успехом другого человека. Вампиризм ослабляет биополе донора, а раздражение и неудовольствие вампира, или завистника, или завистника-вампира представляет собой биоэнергетические вибрации особой частоты, причина которых - зависть к более благополучному, более преуспевающему человеку.

При сильном чувстве зависти вибрация биополя завистника "сбивает" нормальную частоту вибраций вращающихся по часовой стрелке конусных воронок энергетических центров (чакр) человека, которому завидуют, с одной из сторон туловища. В результате чего одна из спаренных воронок теряет скорость вибраций и своего вращения по часовой стрелке, а затем под воздействием воронки, находящейся на другой стороне туловища и не потерявшей своей скорости и вибрации, начинает вращаться не навстречу ей, то есть в сторону чакры - внутрь биополя человека, а в одном с ней направлении. Таким образом, чакра начинает работать вхолостую, так как поступающая биоэнергия проходит через пробитую чакру как через сквозное отверстие, не задерживаясь в биополе человека. В зависимости от числа пробитых сглазом чакр начинаются функциональные нарушения в работе тех или иных органов и систем человека, а затем происходят и органические изменения в них.

В упомянутой выше книге рассматривались основные характеристики энергетических чакр, назывались контролируемые каждой чакрой системы и органы, определяющие психическое состояние человека, а

также обеспечивающие его физиологические функции. Там уже указывались расстройства в организме при патологии в работе чакр. По симптоматике этих расстройств можно судить о том, какую чакру поразил сглаз, а также о нарушениях в работе контролируемых соответствующей чакрой систем и органов человека, в его психике и в обеспечиваемых чакрой функциях.

Если энергетический пробой в результате сглаза возникает в первой чакре (Муладхаре), то начальными признаками этого могут быть подавленность и животный страх. В дальнейшем возникают нарушения обоняния, а также расстройства и болезни нижних отделов мочеиспускания и наружных половых органов. Возникает психологическая неустойчивость и неуверенность в себе.

Если в результате сглаза поражена вторая чакра (Свадхистана), то первыми проявлениями этого могут быть внутренний дискомфорт и сексуальные неврозы. Потом поражается мочеполовая система (главным образом, ее внутренние органы), кишечник, а также утрачивается способность к воспроизводству здорового потомства.

Пораженная сглазом третья чакра (Манипура) вызывает дискомфорт в области солнечного сплетения и чувство тревоги, заболевания желудка, печени, желчного пузыря, расстройство вегетативной нервной системы.

При поражении сглазом четвертой чакры (Анахаты) возникают депрессивная реакция и нарушения в работе сердечно-сосудистой системы.

Если место сглаза пятая чакра (Вишудха), то ощущается дискомфорт в области передней части шеи, повышается эмоциональная неустойчивость, начинаются болезни дыхательной системы и органов пищеварения верхнего отдела (глотка и пищевод), голосовых связок, щитовидной и паращитовидных желез, снижаются творческие способности и эстетическое восприятие.

Сглаз шестой чакры (Аджны) ведёт к функциональным расстройствам центральной нервной системы, психическим болезням (поражению нижней части головного мозга), заболеваниям левого глаза, ушей, носа, снижается уровень мышле-

ния, интеллекта, воли.

При поражении сглазом седьмой чакры (Сахасары), страдают прежде всего верхняя часть мозга и правый глаз, возникает примитивность восприятия, снижаются духовность и интуиция.

Если основой непреднамеренного сглаза является зависть, то преднамеренный сглаз возникает в результате неприязненного отношения или ненависти к другому человеку. Неприязнь - это недоброжелательность, враждебность к кому-нибудь. Ненависть же является чувством сильной вражды, злобы, отвращения. Биоэнергетические вибрации неприязни и ненависти более сильны, чем вибрации зависти. Завистник, как правило, скрывает свою досаду, вызванную благополучием или успехом другого. Ненависть же, наоборот, трудно сдерживаема и агрессивна, атакующая. Зависть более конкретна, более избирательна в части своего объекта: возможна зависть к внешности человека (глазам, фигуре, цвету и густоте волос и т. п.), к его физической силе, здоровью, интеллекту, успехам в творчестве и т. п. Поэтому при зависти и непреднамеренном сглазе поражаются чакры, контролирующие те или иные органы и системы организма или отвечающие за соответствующие проявления в психике. Как правило, при непреднамеренном сглазе поражается не более двух-трех чакр. Ненависть и недоброжелательное отношение к другому человеку могут возникать, как правило, на конкретной основе или подсознательно (без осознания причин их возникновения). Так или иначе, чувство сильной вражды, злобы и отвращения возникает по отношению к ненавистному человеку в целом, и этот человек воспринимается как враг. А с врагами поступают чаще всего не так, как учит нас Библия - молиться за врагов наших, а по "классикам", исповедующим, что если враг не сдастся, его уничтожают". А сейчас, когда я пишу эти строки, убийства опять вошли в нашу жизнь, причем широкомасштабные убийства, охватившие часть нашего народа "от мала до велика". Достаточно лишь упомянуть расправу над народными избранниками в Белом Доме в октябре 1993 года или продолжающуюся бойню на Северном Кавказе, и в частности в Чечне. Какое все это имеет

отношение к преднамеренному сглазу? Такой вопрос может возникнуть у иного читателя. Отвечаю - самое прямое. Взгляните на наших политиков! У подавляющего их числа имеются энергетические нарушения, в том числе и сглаз, и порча, и кое-что похуже. И не где-то "в жёлтой Африке - в центральной ее части - как-то вдруг вне графика случилось несчастье", а во всей России "...горю не помочь - нет теперь закона". И всё шло по графику, графику ненависти. Почему? Легче всего всё свалить на Жирафа, но мне все-таки ближе мнение Владимира Высоцкого:

*Пусть Жираф был не прав,
Но виновен не Жираф,
А тот, кто крикнул из ветвей:
«Жираф большой - ему видней!»*

Потому что сглазили не только немудрого Жирафа, но и жирафенков и старого Попугая, постоянно кричащего о дальновидности большого Жирафа. А жаль! Никто из нас вовремя не догадался постучать по дереву - заглушить вибрации зависти и ненависти. И неужели повторяется то, о чем не так уж давно, где-то в 1967 году, писал поэт:

*Что ж там цветом в янтарь
Светится?
Это в поле пожар
Мечется.
Разбрелись все от бед
В стороны
Певчих птиц больше нет -
Вороны*

* * *

*И любовь не для нас.
Верно ведь,
Что нужнее сейчас
Ненависть?
Ды; и пепел встают,
Как кресты.
Гнезд по крышам не вьют
Аисты.*

Эти строчки, как нельзя лучше, отражают и сегодняшнее время. Жаль, что история повторяется.

При преднамеренном сглазе людьми с сильной отрицательной (черной) энерге-

тикой поражаются не отдельные чакры, а большинство (не менее четырех) или все, что крайне опасно не только для здоровья, но и для жизни получившего сглаз человека.

Говорят, что утопающий хватается даже за соломинку. А если в распоряжении человека, подвергнутого сглазу, имеется что-то существенное, то для него все одно - что "Калинку" отплясывать в неподходящем для этого месте, что охотиться чуть ли не всей армией за метеорологической ракетой противника, что брать штурмом месяцами, а может быть и того дольше собственные территории. Нет, это - не шутки. Это опасно. Это очень опасно. Мы уже говорили о тех нарушениях, которые могут вызвать в организме человека, в его психике отрицательные энергетические воздействия. В частности, результатом может быть бессилие человека, подвергнутого сглазу. А человек, страдающий комплексом физической и психической неполноценности вследствие бессилия и имеющий в своем распоряжении хоть какую-то силу, будет действовать по принципу "сила есть - ума не надо". Каждый осознающий это должен понять, что сглаз, порча и другие отрицательные воздействия не всегда личное дело человека, подвергнутого энергетической агрессии. А если поверить врачам, что синдром хронической усталости возникает в результате инфекции, и если поверить целителям, что инфекция эта энергетическая, то легко себе представить последствия таких энергетических "невидимых" эпидемий. Не это ли происходит в явном виде в России? Один мой знакомый психиатр в одном из своих трудов написал, что экстрасенсорика ведет к фашизации общества. "Охота за ведьмами" для этого психиатра - одно из направлений его общественно-политических исследований. Но если он под экстрасенсорикой имел в виду черную магию, то с ним трудно не согласиться.

Если говорить о симптоматике преднамеренного сглаза, то следует вернуться к тем строкам, которые характеризуют непреднамеренный сглаз, но с учётом большей силы и большей зоны воздействия. И печальные, а иногда плачевные результаты преднамеренного сглаза, как правило, более стремительны и скоротечны.

Навели порчу

Большинство специалистов в области порчи и сглаза видят между ними различие лишь в том, что сглаз - это неумышленное негативное энергетическое воздействие, а порча - воздействие сознательное. Мое мнение полностью не совпадает с мнением этого большинства. Суть различия между порчей и сглазом кроется в совершенно различной природе анатомии порчи и анатомии сглаза, в месте внедрения в биополе и организм человека, а также в механизме воздействия на пострадавшего.

Порча - это отрицательное биоэнергетическое воздействие, которое в отличие от сглаза не является порождением отрицательной эмоции (зависть, недоброжелательное отношение, ненависть), трудно контролируемой посторонним человеком, это целенаправленное хладнокровное действие черного мага, которым может быть колдун, ведьма, экстрасенс, знахарь, действующие по заказу за определенное вознаграждение. Если сглаз может сделать любой энергетически сильный человек, то порча осуществляется только профессионалами. В отличие от сглаза, который может быть преднамеренным и непреднамеренным, порча может быть только преднамеренным целенаправленным действием, наносимым человеком, осознающим свою силу. Порча - это своего рода биоэнергетический код, содержащий информацию воздействия на определенного человека, животное или на другой объект (например, на сад, природу, определенную местность и даже отдельные населенные пункты, районы, области) с целью нанесения ущерба здоровью или даже полного физического уничтожения человека, животного либо другого объекта. Известны многочисленные случаи появления не только порченных людей и животных, но и гиблых мест, высушенных садов, патогенных зон.

Специалисты считают, что даже три человека, владеющих в совершенстве магией и действующих сообща, могут положительно или негативно действовать на события и погоду, а когда собирается больше двенадцати подобных профессионалов, они в состоянии разрушить даже земной шар.

Симптомы порчи похожи на те, что приносит сглаз, и психиатры, как и в случае сглаза, ставят больному диагноз - шизофрения. Ранее уже говорилось о том, что психиатры - сами зачастую не совсем здоровые психически люди. Как-то в одной из бесед с известным и честным психиатром России Анатолием Григорьевичем Геришем я спросил его, не является ли это результатом избранной ими профессии, что-то вроде профзаболевания. Именно в этом многие видят причину ярко выраженных странностей и причуд эскулапов подобной специализации. Я тоже считаю, что бытие в значительной мере определяет не только сознание, но и здоровье человека и его взаимоотношения с другими людьми. Но тогда, в 1989 году, то, что мне ответил доктор Гериш, было серьезной неожиданностью - оказывается в психиатрию идут также и те, кто сам ощущает в себе психические отклонения от нормы. И такие люди допущены к решению судеб наших граждан. Я уже затрагивал проблему "охоты за ведьмами" в своей книге "Энергетические вампиры. Методика распознавания и защиты". Из моего интервью с Анатолием Геришем, опубликованном в газетах "Судьба человека" и "Психиатрическая газета", наиболее интересные и острые для того времени фрагменты были опущены - трусовато-темпераментная редактор этих газет Б. (и одновременно она же председатель клуба "Судьба человека" Московской писательской организации) сидела на поводке партийных органов у своей писательской будки, около которой не только она, но и многие другие наши сограждане занимались "стрижкой поросят, когда визгу много, а шерсти нет". Но когда "поросята"-правдолюбцы начинали визжать слишком громко, Б. и ей подобные или лихо ныряли в свои будки, или, отвязанные хозяином, прятались в более укромных местечках. Визгуны-поросята тоже соображали, что к чему, и те из них, кому не суждено было попасть в число заколотых, хрюкали, уже не пользуясь услугами стригунов типа Б. Чтобы "не наводить тень на плетень", скажу прямо, что считаю Б. человеком талантливым, не лишенным многих способностей в различных сферах творчества: журналистика, писательство, живопись, психология. Но завышенная самооценка и

крутой эгоизм значительно ограничивали проявление ее талантов в более широких рамках, а элемент трусости преобладал в ней над истинным гуманизмом. Клуб "Судьба человека" был тогда по существу клубом знакомств по интересам: там можно было встретить и единомышленников, и коллег по профессии, и друзей по несчастью. Иногда Б. находила в себе смелость выпрыгнуть за границы очерченного круга, выпуская на сцену Центрального дома литераторов, где проходили заседания клуба, "сомнительных" в политическом отношении или опальных лиц. В частности, "гвоздём" программы стала незапрограммированная встреча желающих с тогда опальным будущим первым президентом России Б. Н. Ельциным, которую автор этих строк организовал 7 марта 1989 года. Осчастливили своими выступлениями в литературных пенатах и будущие законодатели, такие как Николай Травкин, Артём Тарасов, Владимир Жириновский, Виталий Уражцев и многие другие. Выступали на подмостках "Судьбы человека" также и известные литераторы, журналисты, священнослужители. Да и почему только известные? Было там много и других интересных и самобытных людей, в том числе и из ранее репрессированных. А если отбросить элемент критики воспоминаний в прошлое, то клуб "Судьбы человека" был прогрессивным явлением того времени. Б. делала то, что могла делать в то время. А у кого из нас нет элемента определённой политики в поступках?

У иного читателя при ознакомлении с моей книгой может подчас возникнуть вопрос - почему я так часто пускаюсь в "лирические" отступления от темы. И в частности, сейчас, говоря о порче. Причем здесь различные имена? Может быть этого и действительно не стоило бы делать, но, возражая своим предполагаемым оппонентам, я все же возьму на себя смелость сказать, что в моем "романе" о порче, так же как и в других моих "произведениях", нет, на мой взгляд, ни одной лишней фамилии, ни одного не имеющего отношения к проблеме факта. К тому же хочу добавить, что для того, чтобы продиагностировать у любого человека порчу, сглаз, карму, зомбирование и другие напасти, мне достаточно не более 10 секундного

взгляда на человека при непосредственном с ним контакте, фото общении, слышании голоса или съеме телеинформации. Прошу простить меня за излишнюю самоуверенность в этом вопросе, но это я сообщаю не для профессионалов, которые это знают и без меня. Любой профессионал-биоэнергетик может определить "кто есть кто" в мгновение ока, слуха, нюха, касания, да и вообще с помощью любого известного и неизвестного органа чувств, точно так же, как специалист, едва взглянув на обложку или любую страницу книги, может сразу определить, нужна для него эта книга или нет. А разве вам не приходилось приобретать книги, которые годами оставались на книжной полке или где-нибудь в другом, более укромном месте даже не просмотренными? Значит, вы купили эту книгу, как и какую-то другую ненужную вещь, на всякий случай, на "авось" или по чьему-то совету. Хорошо, если час "авось" свершится. А если нет? Если нет, значит, ваше подсознание, ваше биополе уведат вас от общения с тем, что вам не нужно или даже может навредить. Так что ты тоже, читатель, достаточно биоэнергетичен и обладаешь грамотным биополем, в оболочке которого находишься. А если это так, то, думаю, многие меня поймут, почему на чистом листе бумаги, вложенном в мою пишущую машинку, вырисовываются персонажи.

К сожалению, в литературе мало внимания уделено описанию различий между порчей и сглазом. По симптоматике они похожи, но если лечить их одним и тем же способом, то не всегда достигаются положительные результаты. А для того, чтобы диагностировать правильно, надо понять, чем отличается порча от сглаза биоэнергетически. Я тоже довольно долгое время не делал различия между порчей и сглазом. Симптоматика их схожая, а диагностировал я их как одно и то же заболевание - точнее, по диагностике сглаза, о чем уже ранее говорилось. И лечил довольно успешно и порчу, и сглаз одинаково. Делал я это довольно быстро и, как правило, за один лечебный сеанс длительностью от 10 до 20 минут, включая предварительную беседу с пациентом. Но однажды, примерно около трех лет назад, произошел случай, когда я снял сглаз с моей пациентки, а

состояние ее здоровья оставляло желать лучшего. Сглаза по всем признакам моей биоэнергетической диагностики действительно не стало. На очередном сеансе я внимательно всматривался в биополе той, "научившей" меня снимать порчу, пациентки. Как снимать порчу и сглаз - об этом речь пойдет позже. Но та 53-летняя женщина научила меня диагностировать порчу, сама, очевидно, не понимая, что именно она причастна к моей учебе. Она стояла, закрыв глаза, а я пытался понять, почему у меня не все получается. И вдруг я неожиданно увидел пучок темных пиявок, присосавшихся у основания её шеи слева, ближе к груди. Не к спине, а именно к груди. Естественно, пиявки были биоэнергетические. Подойдя ближе к пациентке, я увидел, что в том месте, где присосались пиявки был рисунок из темно-синих точек-пятен, похожих на сгустки свернувшейся крови. Я не помню сейчас число этих пятнышек и характер рисунка, но в зоне его было легко определяемое рукой уплотнение, а на небольшом расстоянии от кожи я чувствовал пучок холода, число лучей которого соответствовало числу видимых мною пятнышек. После снятия порчи уплотнение у основания шеи мгновенно исчезло, а сгустки кровоподтеков сначала превратились в подобие следов от укуса комаров и затем быстро исчезли, как по мановению волшебной палочки. Таким образом, порчу можно диагностировать несколькими методами.

Первый метод - это симптоматика состояния больного, весьма схожая с симптоматикой сглаза. Можно делать это также путем биолокации рамкой, рукой или маятником по принципу "вопрос - ответ", то есть точно так же, как и сглаз, о чем мы уже говорили. Только в ситуациях, схожих с описанным примером, для сглаза слово "сглаз" заменяется словом "порча". Другие методы диагностики порчи - это то, о чем мы только что говорили: по уплотнению на шее, у ее основания с левой стороны; по темно-синюшным кровоподтекам с рисунками различной конфигурации (кодом) в том же месте; по холодным лучам, исходящим опять же из того места; по биоэнергетическому пучку пиявок там же.

Целитель, имеющий большую практику, может систематизировать характер рисун-

ков у основания шеи и, получив достаточные статистические данные, определить, на что сделана та или иная порча: на болезнь определенных органов, на импотенцию, на бездетность, на выкидыш или на рождение мертвого ребенка, на "присушку" (приворот) мужчины к определенной женщине (или наоборот) и даже на смерть.

В отличие от сглаза, порчу, на мой взгляд, может диагностировать (видеть и чувствовать) любой человек (в том числе и тот, кто подвергнут порче) прощупывая уплотненное место или рассматривая то же место в зеркало при достаточном освещении. Известен и старинный способ проверки, есть ли на человеке негативное биоэнергетическое воздействие типа порчи, сглаза, наговора, проклятия и т. п. Чтобы это проверить, необходимо взять широкую емкость, сделанную из дерева, глины или олова, и три спички. Поставив перед собой емкость с налитой в нее водой, нужно поочередно сжечь спички полностью, перехватывая их за уже обугленные концы, когда пламя подойдет к пальцам, а затем бросить спички в воду. Если после этого все три спички останутся на поверхности воды, то все нормально - порчи нет. Если же хотя бы одна спичка потонет, то на том человеке, кто все это проделал, имеется негативное отрицательное воздействие.

Думаю, что читателю интересно мнение народной целительницы из Казани Лидии Авиленко, опубликованное в газете "Летучий Голландец" (1995, № 1 - 12).

"Порча - это болезнь, чёрная энергия, которую кто-то кому-то послал с помощью заговора. От порчи человек может болеть всю жизнь, сойти с ума и даже умереть. Если испортить человека землей, особенно могильной, яйцом, а также во время приема пищи, то это может быть очень опасно. Порча может переходить на детей, внуков, правнуков и т. д., то есть она от данного рода не уходит, пока кто-нибудь добрыми делами не пересилит ее, или не поможет человек, который сильнее того, кто эту порчу навел.

Испортить человека - это самый большой грех и самое низкое дело. От порчи человек очень страдает. Но Бог защищает людей и может закрыть порчу, если

видит, что она наведена несправедливо. У Бога есть разные наказания и за плохие деяния. Просто люди этого не видят, хотя многие чувствуют. И вот один из самых тяжких грехов - наведение порчи на людей и природу. За порчу человек получает очень сильное наказание. На него надевается пять слоев - энергетическая тюрьма темного цвета. Человека, который занимается наведением порчи, легко узнать - как правило, он сильно сутулый или даже горбатый. Это "энергетическая тюрьма приводит" к искривлению позвоночника. Тело человека зашивается черными энергетическими полосками, которые перекрывают все энергетические каналы. А на руки и ноги надеваются энергетические кандалы, которые сжимают мускулы, что приводит к бессилию.

За каждую порчу человек получает 3-4 ада (1 ад равен 4-9 годам после смерти материального тела). После смерти материального тела человека, наводившего порчу, его душа переселяется в тело животного (лисы, кошки, и др.). Это страшные мучения. После смерти, когда душа человека отлетает от тела, его грехи также соединяются с душой. Грехи и наказания тянут людей в пропасть. Тот, кто наводил порчу - при жизни, сразу же уходит в 9 - 35-й слой ада. Всего в аду 104 слоя, а в раю 850 слоев. Недаром существует поговорка: "Рад бы в Рай, да грехи не пускают". Так вот, после смерти душа очень хочет попасть в Рай, но грехи не позволяют ей подняться так высоко. Душа переходит во 2, 3, 6, 8, 11-е и до 73-го измерения. Там живут животные в 1-3 измерениях, люди в 4-м, а ангелы в 8 - 120-м. А вот нечистая сила живет в чёрном мире".

Я во многом согласен с мнением о порче Лидии Авиленко. Знаю также, что если человек, получивший порчу или сглаз, обратится к специалисту, скажем к биоэнерготерапевту, который окажется энергетически сильнее того, кто сделал сглаз или порчу, то после их снятия негативное энергетическое воздействие возвращается к "хозяину", который заболевает или умирает, так как возврат такой энергии более силен по обратному действию, чем ее посыл. Поэтому "умные" черные маги, знающие о неотвратимости и автоматиз-

ме возмездия, прибегают ко всевозможным ухищрениям. Неопытные "чародеи" чёрной магии в таких случаях чаще всего погибают после двух-трех своих деяний.

Одним из приемов отведения от себя ответного энергетического удара является наведение порчи через животное, например собаку. Тогда у хозяина собаки возникают всевозможные неприятности. В моей практике нередко приходилось иметь дело с подобными случаями - снимать порчу с животных и, естественно, с их хозяев. Всегда видно "за спиной" порчи или сглаза, кто их сделал, даже если через подставных лиц или животных. Бывает (правда, крайне редко) и так, что когда биоэнерготерапевт снимает сглаз или порчу, черный маг отбивает ответный удар, который с невероятной силой летит на того, кто снимает порчу или сглаз, и начинается очень тяжелая борьба. К сожалению, мне тоже пришлось это испытать. При удачном снятии порчи (или сглаза) снимающий ее начинает зевать, а пострадавший с облегчением вздыхает. При этом также могут появляться различные неприятные запахи, например, гнилого мяса, раздаваться мощные хлопки в атмосфере, лай собак и др.

Я также согласен с Л. Авиленко в том, что люди, занимающиеся сглазом или порчей имеют отметины. Не знаю, как другие, но мне для проверки своего чутья в отношении злых ведьм или колдунов достаточно взглянуть на их спину или потрогать их позвоночник, рукой. Обычно такое прикосновение им неприятно, а если их оторвать от пола, то они начинают дрыгать ногами и вырываться, выдавая свою суть, так как божья благодать через их позвоночник не проходит, а подпитка идет только из земли, от которой они бояться оторваться. После соприкосновения с позвоночником таких людей в руке остается неприятная тяжесть. К счастью, чёрные маги меня чаще всего обходят стороной. Сам их я не ищу и, дай Бог, совсем их не видеть ни мне, ни кому-либо другому. Добра от них не жди.

Очень часто порча делается через какие-либо предметы (воткнутая в порог булавка, подброшенные в укромное место различные металлические предметы типа ржавых гвоздей, куски кожи, упрятанные

под матрац или в подушку) или с помощью других всевозможных хитростей и уловок.

Думаю, читателю не помешает знать, как его могут приворожить.

Привораживая любимых, их стараются заманить к себе в гости, а перед их приходом наговаривают на напитки или на еду, которыми их собираются угощать. Можно также наговорить и на их следы, что естественно легче делать там, где нет жестких асфальтовых покрытий. Текст наговора на Любимых следующий:

"Встану я (имя наговаривающего) и пойду из дверей в двери, из ворот в ворота, в чистое поле, в широкое раздолье, к синему морю-океану. У того у синего моря-океана лежит Огненный Змей. снаряжается он зажигать горы и доли, и быстрые реки, болотные воды со ржавчиной, орлицу с орлятами, скопу со скопятами, травы подковошники, леса посечные. Подойду я поближе, поклонюсь пониже. Той еси, ты, Огненный Змей! Не зажигай ты ни горы, ни доли, ни быстрые реки, ни болотные воды со ржавчиной, ни орлицу с орлятами, ни скопу со скопятами. Зажги ты красну девицу (далее называется ее имя, а если привораживаемый - мужчина, то "красна девица" заменяется на "добра молодца" с указанием его имени) в семьдесят семь составов, в семьдесят семь жил и в единую жилу становую, во всю ее хочь. Чтобы ей (ему) милость и хотелось, брало бы ее (его) при солнце, ночью при месяце, чтобы она(он) тосковала(вал) и горевал(а), сном бы не засыпал(а), едою не заедал(а), гульбою не загуливал(а). Как белая щука-рыба не может быть без проточной воды и без пробежи, так бы красна девица(добрый молодец) (имя) не мог(ла) бы без (имя) ни жить, ни быть". Будьте мои слова крепки и легки, крепче камня и булата, острого ножа и борзаметного копья. А ключ к моим словам и утверждение, и крепость крепкая, и сила сильная - в небесной высоте, а замок - в морской глубине".

Имеются и другие, более короткие наговоры, чтобы "присушить" любимых:

"На море на окяне, на острове Буяне живут три брата, три ветра: один северный, другой восточный, третий запад-

ный. Навейте, нанесите вы, ветры, печаль, сухоту рабы(раба) (имя), чтобы он(она) без рабы(раба) (имя) дня не дневал(а), часа не часовал(а). Слово мое крепко".

Древняя магия также для привораживания любимых использовала куклы из воска. На голову куклы, изображающей любимого человека, прилеплялись один или несколько волосков с его головы или в ноги или в руки втыкали его ногти. Иногда брали у привораживаемого капелюк крови или любую его вещь, которую удавалось достать. Особо в фигурке выделяли половые органы, которые делали преувеличенными, подчеркивая этим, что они находятся в состоянии сильного возбуждения. На фигурке острием ножа (желательно с черной рукояткой) писали имя привораживаемого или просто нарекали именем любимого, для чего его крестили подобно тому, как крестят в церкви. Брали также любовный кубок с вином и лампадное масло. Наиболее благоприятным для привораживания временем считается четверг, когда луна растущая, в 0 часов утра, в 3 часа дня или в 10 вечера. Куклу обертывали тканью и освящали маслом и вином. Брали в руку нож с черной рукояткой или булавку и произносили ритуальные слова:

"Это не моя рука делает, а Рогатого, как лезвие пронзает сердце, так будут бедра (имя привораживаемого) гореть сладострастием для меня. Такова моя воля, да будет так!"

Для того чтобы человек влюбился, в сердце изображающей его куклы сразу после ритуальных слов с силой погружали нож или булавку. После того как нож или булавку вынимали, куклу сразу заворачивали в ритуально очищенную льняную ткань и прятали в каком-нибудь укромном месте недалеко от присушиваемой жертвы, но там, где жертва не сможет ее найти.

Последний способ привораживания может иметь и очень печальные последствия. Человек, не владеющий в совершенстве подобным "искусством", может нанести серьезный, а иногда и непоправимый вред здоровью жертвы, вплоть до летального исхода. Кстати, ведьмы и колдуны именно с использованием восковых фигурок соверша-

ют, правда, несколько другим способом, заказные убийства и наносят вред здоровью жертв заказчика. Подобная магия получила название энвольтования. Вот что говорится об этом в книге "Древняя высшая магия. Теория и практические формулы".

Энвольтование употреблялось большей частью колдунами с целью умерщвления какого-либо лица. При энвольтовании использовались различные способы. Одним из таких верных и сильных способов является энвольтование, совершаемое над кровью человека, которого собираются убить.

В книге приводятся некоторые исторические примеры, когда энвольтование использовалось для умерщвления определенных лиц:

"В 1836 г. герцог Орлеанский, сын Луи-Филиппа, был в связи с госпожой X. Расставшись со своею любовницей, он, несмотря на клятвы в верности, вскоре женился на принцессе Мекленбург-Шверинской. Госпожа X. поклялась отомстить ему и, вернувшись в Париж, искала свидания с герцогом, но безуспешно. Тогда в 1842 г. она письмом просила его назначить ей последнее свидание. Герцог согласился. Во время свидания госпожа X. предложила ему стакан, прохладительного напитка и как бы нечаянно разбила стакан, слегка порезав руку герцога. Тогда она сама промыла и перевязала ему рану и при расставании попросила оставить ей на память платок, который был пропитан его кровью.

Узнав об этом инциденте, Луи Филипп, который во время изгнания занимался оккультизмом, приказал сделать обыск у госпожи X. с целью отобрать у нее упомянутый платок, но она немедленно уехала в Англию и поиски остались безрезультатными.

В Англии госпожа X. с помощью одного из адептов черной магии совершила смертное энвольтование крови и последняя операция заговора была сделана в Лондоне в ночь на 13 июля 1842 г.

Вскоре после этого герцог Орлеанский ехал в Нельи и его понесли лошади. Хотя на его вопрос кучер отвечал, что нет опасности и, действительно, через минуту остановил лошадей, но герцог выскочил из коляски и убится насмерть. В тот же день и тот же час в Лондоне госпожа

Х., будучи, благодаря заговору крови, в астральном общении с герцогом, рассказывала своему мужу все подробности смерти своего бывшего любовника.

После смерти в 1853 г. королевы португальской Марии из-за несовершеннолетия ее сына, короля Педро V, ее муж - принц-консорт Фердинанд - стал регентом. Принц Фердинанд имел от королевы Марии кроме Педро V еще четырех сыновей: дона Луи, дона Иоанна, дона Фернандо и дона Августа. В то же время при лиссабонском дворе состоял принц Х., связанный по боковой линии с королевским домом. Молодой дон Педро V был влюблен в дочь принца Х. - донну Агведу, и она, следуя советам отца, отвечала на его любовь, надеясь выйти за него замуж. Но принц-регент Фердинанд советовал своему сыну отложить этот брак.

В 1855 г. Педро V исполнилось 18 лет и он был объявлен королем. В это время, однако, он заметно отдалился от донны Агведы, и их связь прекратилась. Вскоре после этого принц Х. пригласил экс-регента в свои имения на охоту. Во время пребывания у принца Х. экс-регент однажды почувствовал легкое нездоровье и доктор принца Х. сделал экс-регенту небольшое кровопускание. Получив таким образом в свои руки кровь родоначальника королевской семьи - принца Фердинанда, принц Х. и его дочь Агведа решили погубить всех членов Браганского дома, так как заговор на кровь может действовать не только на ее владельца, но и на его родных. Само энвольтование производилось в Лондоне одним оккультистом, которого принц Х. и его дочь соблазнили предложением 10 000 фунтов стерлингов. Они несколько раз приезжали в Лондон инкогнито, а оккультист не знал ни их имен, ни происхождения флакончика крови, над которой он делал магические заговоры.

В 1858 г. Король Педро V женился на принцессе Стефани из дома Гогенцоллерн-Зигмаринген. Через год она умерла от неизвестной болезни.

В 1861 г. принц Фердинанд послал своих сыновей дону Луи и дону Иоанна в Англию. На прощальном обеде в Виндзорском замке их места, которые были определены заранее, были заговорены. Но случайно принц-консорт Альберт занял место до-

на Луи, а герцог Н. поменялся местом с доном Иоанном. В тот же вечер оба заболели и герцог Н. умер через три дня, а принц Альберт - через два месяца, в декабре 1861 года. Между тем, по возвращении инфантов Луи и Иоанна в Лиссабон, в ноябре того же года, неожиданно умер и сам португальский король Педро V. После него на престол вступил его брат Луи. Но не успел он еще короноваться, как в конце 1861 года умерли один за другим младшие инфанты - дон Иоанн и дон Фернандо, а дон Август опасно заболел той же непонятной болезнью, которая уже унесла несколько членов Браганского дома. Между тем, оккультист, делавший энвольтование крови экс-регента, только к этому времени случайно раскрыл имена своих жертв и принца Х. Он немедленно отправил в Лиссабон своего помощника и тот раскрыл эту историю принцу Фердинанду, причем успел спасти дону Августу и остановить дальнейшее преследование королевской семьи. История эта не была предана гласности, и принц Х. остался при дворе, но в ночном собрании в королевском дворце король Луи в присутствии шести грандов поручил принцу Х. охранение его королевской персоны, с тем чтобы принц отвечал собственной жизнью за жизнь короля".

Энвольтированию также приписываются все несчастья, постигшие во второй половине XIX века дом Габсбургов, к числу которых относятся смерть в Мексике императора Максимилиана, сумасшествие его жены Шарлотты, смерть наследника престола Рудольфа, убийство императрицы Елизаветы, гибель по непонятным причинам Иоанна Сальватора. Считают, что императору Францу-Иосифу удалось спастись лишь благодаря особому покровительству Провидения.

Но эти истории происходили на Западе, да и то в прошлом веке. А как в нашей стране с этим дело было раньше и теперь? Любопытный ответ на этот вопрос дает, на мой взгляд, Игорь Винокуров в своей публикации "Неудавшееся покушение на вождя" в газетах "Тайная власть" и "Мир новостей" (25- 31 декабря, 1995):

"Испокон веков на Руси была традиция оберегать государя от порчи, сглаза, кол-

довства и чародейства. Этим объясняются тщательность и беспощадность ведения судных дел в отношении подозреваемых в подобном деянии. Позже за личную безопасность представителей высшей власти от "тайных сил" в Российской империи отвечали Розыскной приказ, Тайная канцелярия и Третий департамент полиции.

Не забывалась эта традиция и в годы Советской власти. Есть, например, данные о проведенной в 30-е годы операции по истреблению шаманов от Белого моря до Тихого океана. Столь беспощадные меры властей можно объяснить только страхом, который вызывали у первых лиц национальных окраин сверхъестественные возможности шаманов. В послевоенное время за искоренение шаманов взялась администрация Китая. К возможности существования тайного био- и психоэнергетического оружия всерьез относились в СССР как власть предержащие, так и противостоящие им группировки. О случае, имевшем место на рубеже 20 - 30 годов, известно из уст А. Чижевского, основателя науки о солнечно-биосферных связях. Главным действующим лицом той истории, по словам ученого, был радиоинженер В. Чеховский, проводивший исследования в области мысленного внушения. Его новшеством было введение в схему эксперимента коллективного индуктора - группы людей, одновременно мысленно старающихся передать изолированному в другой комнате человеку известное ему изображение. Сходство передаваемого и воспринимаемого было удивительным!

Эти работы позволяли скрывать иную, весьма опасную действительность. Соратники Чеховского хотели с помощью мысленного воздействия убить Сталина. За сумасшедшие деньги они покупали у парикмахера, обслуживавшего "вождя всех народов", волосы с головы тирана и прикрепляли их к его восковому бюсту. Иногда вместо бюста в центре стола помещалась фотография головы Сталина, снятая с затылка.

Еженедельно по четвергам поздними вечерами, соблюдая строжайшие правила конспирации, собирались эти единомышленники. Они набрасывали на плечи мантши, надевали странные головные

уборы и в определенном порядке рассаживались вокруг стола. Перед каждым из собравшихся лежала книга с таинственными письменами. Кто-то начинал читать ее, и под аккомпанемент заклинаний один из присутствующих пронзал стальной иглой затылок стоявшего на столе воскового бюста. То самое место, где у человека расположены центры, отвечающие за работу легких и сердца...

Естественно, через какое-то время о группе Чеховского стало известно соответствующим органам. Заговорщиков арестовали.

...Кстати, есть все основания утверждать, что традиция оберегать от всякого колдовства первых лиц государства дожила и до наших дней. Так, по недавнему сообщению ИТАР-ТАСС, служба безопасности президента России искала экстрасенсов, "охраняющих ауру политиков от энергетического пробоа и прочего негативного воздействия".

А доктор философских наук Тодор Дичев утверждает, что президентов США оберегают особые люди-биотики. Таких лиц в охране Рейгана было 12, у Буша - 6, у Клинтона их сейчас 21.

За последние десятилетия в мире проведены многие десятки исследований для подтверждения или опровержения возможности дистанционного мысленного воздействия на человека. Получены доказательства реальности подобного воздействия на расстоянии. Только на английском языке об этом опубликовано свыше 100 работ.

Оказалось также, что сила мысленного воздействия напрямую связана с этическими установками воздействующего. Так, недобрые телепатические посылы очень плохо доходят до адресата или совсем не доходят.

Может быть этим объясняется неудачная попытка мысленного убийства Сталина (объект покушения прожил после этого в здравии еще четверть века). В любом случае здесь дело касалось очень сложного явления, не поддающегося расшифровке современной науки, но подвластного воле немногих мудрецов. Недаром сказано: "кто говорит - не знает, кто знает - не говорит".

Я позволил себе полностью перепечатать публикацию И. Винокурова, потому что этот глубокий исследователь в области парапсихологии тоже принадлежит к числу неупомянутых им мудрецов, которые и знают, и говорят. И. Винокуров очень многое знает и говорит о том, что знает, в совершенстве владея достоверной информацией. И пусть меня обвинят в излишней самоуверенности, но я категорически это утверждаю. На другой вопрос, владеет ли в практическом аспекте Игорь Владимирович своими знаниями или нет, я свое мнение вслух высказывать считаю преждевременным. Да и стоит ли? Любой ли режиссер или тренер, к примеру, в состоянии сыграть роль в своей постановке или добиться рекордных результатов в спорте, как это делают их подопечные? Чтобы не вносить своего "вклада" в практику любителей всевозможных экспериментов, подобных описанному в отношении И. В. Сталина, от высказывания об ошибках" группы В. Чеховского воздержусь. С другой стороны, я не считаю, что "здесь дело касалось очень сложного явления, не поддающегося расшифровке современной науки, но подвластного воле немногих мудрецов", как об этом говорит уважаемый мэтр, однако полностью с ним солидарен в части "этических установок".

Думаю, что именно этические установки сыграли роль в истории с бывшим заключенным Юрием Абрамовым, частично описанной под различными ракурсами в моих других книгах. В книге "Биоэнергетика делового человека" я обещал читателю более подробно описать эту историю. Но начнём всё с начала.

9 ноября 1992 года я случайно услышал по радио России передачу "Облака". Журналистка Елена Сальникова поведала миру о том, что в одесской кутузке почти 9 лет томится осужденный по уголовной статье на 12 лет правдолюбец Юрий Абрамов, отец пятерых детей, разбросанных по различным областям Украины и России. Сальникова сообщала, что Юрий страдает язвенной болезнью, лечится у тюремных врачей боится и объявляет бессрочную голодовку до тех пор, пока ему не заменят уголовную статью осуждения на политическую, после чего выпустят на волю. В тот же день я написал письма прези-

дентам Ельцину и Кравчуку и председателю Верховного Совета РФ Хасбулатову. Я просил власти освободить Абрамова, пересказав в письмах то, о чем говорила Елена Сальникова.

"Новые русские" власти, а точнее их окружение, "спустили" письма в прокурорские инстанции, откуда у меня в итоге затребовали дать обоснование своих прав на участие в судьбе несчастного. От администрации Леонида Макаровича Кравчука, первого за всю историю Украины её президента, я получил ответ по существу, в котором сообщалось, что дано поручение Генеральной прокуратуре Украины вновь рассмотреть дело Абрамова. Я списался с самим заключённым, переслав ему в тюрьму копии своей переписки с различными инстанциями и попросив его фотографию. Взамен прекращения им голодовки я обещал ему свободу в течение четырех месяцев. С целью расширения "фронта борьбы" за его освобождение я пытался привлечь известных правозащитников и прессу, в том числе журналистов очень известных газет. Все мне ответили чуть ли не в один голос: "Мы уважаем тебя за попытки помочь человеку, попавшему в беду, но дело проигрышное и не стоит на него зря тратить время". Правозащитников, диссидентов и журналистов я отчасти знаю. Но, к сожалению, большинство из тех, с кем я знаком, бегающие трусцой (от слова "трус") болтуны и карьеристы, для которых судьба своего собрата лишь красивая строчка в газете. А если красивая и производящая на других впечатление строка не вырисовывается, то стоит ли делать напрасные телодвижения? Поскольку я для своих "телодвижений" нашел иную сферу, чем общепримирующий бег на месте, то и вкушаю свои радости жизни несколько в ином употреблении собственного Я. К бегу на месте я отношусь без всякой враждебности, особенно, если представить этот бег в трактовке блестящей юмориады Владимира Высоцкого:

*Не страшны дурные вести -
Начинаем бег на месте.
В выигрыше даже начинающий.
Красота: среди бегущих
Первых нет и отстающих!
Бег на месте обще примирующий.*

Но все же один из моих девизов - лучше медленно идти, чем красиво лежать. И в деле с Абрамовым тоже, конечно, надо было идти и "за себя и за того парня", особенно если учесть, что "тот парень" Юрий особенным оптимизмом меня не заражал. Более того, он писал мне, что, несмотря на то, что он чувствует мою работу и поддержку и даже стал в отношении здоровья крепче, да и язва перестала беспокоить, мозгами он никак не может додуматься, каким способом я сдержу свое обещание - добьюсь его досрочного освобождения. А ему и не надо было этого знать.

В любом произведении, как и в молитве, есть свои ключевые слова и предложения, которые соединены в единое осмысленное целое, соединенные с душой человека, которому они близки, и создают биоэнергетические вибрации огромной силы. А если за этими словами стоит еще и их создатель? А если эти слова близки живым людям и вечно живым душам физически умерших? Представляешь, читатель, что это такое? И нужна ли в таком случае тебе группа придурков вроде тех, что описана Игорем Винокуровым в окончившейся провалом грязной истории неудавшегося покушения на великого Сталина. Заговорщики, мягко говоря, не обременяли себя этическими установками. К тому же мощная энергетика одного из крупнейших биоэнергетиков истории человечества Иосифа Виссарионовича Сталина не была "подарком" для группы черных "кудесников". Те, кто попытается обвинить меня в сталинизме, будут терять время напрасно. Я противник любого подавления инакомыслия, тем более с помощью грубой силы. Никто никому не давал права уничтожать другого человека. Но мы пока не знаем всей правды о Сталине, какой бы "правдивой" она нам не казалась. Не может человек в зрелом возрасте принципиально меняться - а даже политически куртизанствующие борзописцы признают, что в 1918 году Сталин - единственный из "ленинского политбюро" выступал против необоснованных репрессий. А Сталин тогда не был "генеральным" и не думал о

своим авторитете в стане "верных ленинцев". Так или иначе, но нашу страну следует отнести к числу родоначальниц политических процессов и политических заключенных. Великая Октябрьская "социалистическая" революция и деяния ВКП(б)-КПСС породили и "контрреволюцию", и дискредитацию идей социализма, и негативную нарицательность звания коммуниста - что-то вроде лживого демагога, обещающего большинству светлое будущее и прокладывающего путь к этому "светлому" подобно лесорубу, срубаящему вместо деревьев головы своих соплеменников. Когда-то все недостатки в нашей стране сваливали на "пережитки капитализма". Распространяя подобную логику на наше "демократическое" время, можно с той же легкостью рост преступности эпохи построения нового общества отнести к пережиткам социализма. И это довольно легко сделать, особенно если учесть, что самые главные "демократы" в странах бывшего СССР - бывшие в совсем недалеком прошлом главные строители развитого социализма из КПСС, ЦК КПСС и даже Политбюро ЦК КПСС. Как тут не вспомнить убитого под закат "перестройки" поэта Игоря Талькова:

*Перестроиться не сложно,
Только вот ведь в чем беда:
Перестроить можно рожу,
Ну а душу - никогда.*

Значит, с душой понятно. Но насчёт "рожи" у каждого свой вкус. А по моему вкусу нынешние "рожи" совсем не лучше прежних, наоборот, - они даже стали беззастенчиво откровеннее.

Возвращаясь к нашему герою, мне хотелось бы отметить: у меня было чутье, что Абрамов к политике никакого отношения не имеет - по вполне понятным причинам бедняга набрался смелости и стал "косить" под политэка. Но вряд ли кто со мной не согласится, что девять лет "отсидки", ещё три года на тех же нарах и пятеро детей - это совсем не мало для одного человека, пусть даже и оступившегося. И мое чутье

присутствия лжи в "легенде" свалившегося на меня подобно снегу в ясный летний день Абрамова не укоротило моего желания помочь несчастному. К тому же "союзнички" из правозащитников и прессы отказались помогать. Оставалась надежда на прокуратуру Украины (а вдруг?), на повторный "штурм" президента Украины, на свои силы. Для себя я решил, что если я ввязался в дело, справедливое при всех отягчающих обстоятельствах (интуитивное недоверие политическому мотиву заключения моего нового подзащитного), то его надо довести до положительного конца, если есть на то Божья воля. Не получив ответа из прокуратуры Украины, я в конце января 1993 года послал второе письмо Кравчуку, суть которого сводилась к следующему: если вы, Леонид Макарович, не освободите Абрамова сами, то "оттуда" он выйдет и без вашей помощи. А в это время, как оказалось, письмо из прокуратуры Украины было уже в пути ко мне. Из письма следовало, что проверка дела Абрамова подтвердила осуждение его в соответствии с законом как уголовного преступника. Как я узнал впоследствии, подобные письма были разосланы всем, кто из разных городов и весей поднял свой голос в защиту "политзэка" после выступления Елены Сальниковой по радио. Один из священнослужителей Воронежской области, вначале приглашавший Юрия быть его сыном, после прокурорской отписки рекомендовал ему до конца нести свой крест, отмывая свои грехи, и обещал ему молиться за него. Как мне рассказывал Абрамов, тот человек стал священником после службы офицером в военно-воздушных силах и службы в рядах КПСС.

Так вот я, подобно тому экспилоту и экс-коммунисту, а ныне священнику, тоже молился. Но, по-видимому, молитва молитве рознь, да и усердие, и вера в Бога и в молитву Ему имеют значение. Я тоже молился и молюсь за отпущение грехов. Но в истории с Абрамовым я, в отличие от воронежца, молился не только за отпущение его, как, впрочем, и своих, грехов, но и за справедливое решение его вопроса, будь

на то, повторяю, Божья воля. Как тут не вспомнишь гордость России Александра Сергеевича Грибоедова:

*Читай не так, как пономарь,
А с чувством, с толком, с расстановкой.*

Да, к любому делу надо относиться с чувством, с желанием, с самоотверженностью. И тогда Господь Бог поможет. "Ямщик, не гони лошадей - мне некуда больше спешить" - это не для нас. Нам, читатель, больше подходит (цитирую по памяти):

*В удачу поверьте - и дело с концом.
Да здравствует ветер, который в лицо.
И нет мне покоя - гори, но живи.
Погоня, погоня, погоня, погоня
В горячей крови.*

Читатель может подумать, что после точки, поставленной украинской Генеральной прокуратурой, у Абрамова не было никаких надежд "скостить" последние три года. Как говорят, "нашла коса на камень". Но коса-то была старая, ржавая и тупая. А камень? А "камень" сказал себе словами Высоцкого: "Сейчас взорвусь, как триста тонн тротила, во мне заряд..." И понеслось...

Не описывая всех подробностей проведения "операции" по освобождению Абрамова, остановлюсь только на итогах биоэнергетической осады, а затем и штурма одесской тюрьмы 18 марта 1993 года, когда "группа захвата" из самих же тюремщиков схватила перепуганного и прячущегося за оборудованием производственного помещения колонии моего зэка, надела на него наручники и выкинула за стены обиталища приговоренных. Естественно, наручники были сняты, а Юрию вручена справка о досрочном освобождении. Оказывается, он пересидел целый год, а решение властей в лице соответствующих судебных и правоохранительных органов самостоятельной Украины об отказе в пересмотре дела "пересмотрели" органы города областного подчинения. Имя этого славного города - Белгород-Днестров-

ский. Читателю, наверное, трудно разобраться в формальных перипетиях и влиянии на них энергетического воздействия. Но главное не в том, чьими руками осуществляется биоэнергетически предначертанное. Если читатель также мало что понял о моем конкретном участии в описанной истории, то добавлю, что информация, которую я выпускал из-под своего "пера", кодировалась, как, впрочем, и другие мои действия. Юрий Абрамов 24 марта 1993 года "убег" в Москву, а 31 марта 1994 года - в США. Без биоэнергетики здесь тоже не обошлось, а сам наш герой - весьма квалифицированный энергетический вампир. Но об этом я уже писал в двух других своих книгах об энергетических вампирах. Так что биоэнергетике подвластны не только порча, сглаз, энвольгирование и прочие чёрные делишки.

А пока, уважаемый читатель, запомни, что, когда кто-то говорит "нельзя", а ты веришь в справедливость того, что делаешь, и хочешь свое дело довести до конца, то можно достигнуть успеха, если ты учишься реализовывать свои желания. Подробно об этом написано в моих книгах "Биоэнергетика в целительстве, или знахарство без мистики" и "Биоэнергетика делового человека".

Но можно ли защититься от порчи, сглаза и других негативных энергетических воздействий? Можно ли избавиться от них, если сия "горькая чаша" нас не миновала? Уверен, что положительные ответы на эти вопросы читатель найдет в последующих разделах этой книги. А пока еще чуть-чуть о "чернухе".

Привораживание используется также и для того, чтобы решить свои материальные проблемы, поскольку из влюбленного человека можно, как говорят, "верёвковать". Для решения своих корыстных целей используются заговоры. Например, приглашают человека, к которому есть свой интерес и от которого может зависеть благополучие, к себе в гости. Во время угощения потчуют его заранее заговоренным питьем и пищей. Текст заговора следующий:

"Пойду в чисто поле, есть в чистом поле белый кречет. Попрошу я белого кречета: слетал бы он в чисто поле, в синее море, в крутые горы, в темные леса, в зыбучие болота и попросил бы он окаянную силу, чтобы она дала ему помощи сходить в высокий терем и застать его (имя) хоть бы середка темной ночи сонного. И сел бы белый кречет на белую грудь, на ретиво сердце, на горячую печень, и вложил бы раба Божьего (имя) из своих окаянных уст, чтобы он не мог ни жить, ни быть, ни пить, ни есть, пока не... (назвать, что он должен сделать)".

Заговоры также используются для мести. Например, кто-то кого-то приворожил, а третий, оказавшийся лишним в подобном треугольнике, остался, как говорится при своих интересах. В этом случае применяется заговор на устудну:

"Стану я, раб Божий (имя), не благословясь, и пойду, не перекрестясь, из избы не дверьми, из ворот не в ворота, выйду подвальным бревном и дымным окном в чисто поле. В чистом поле бежит река черна, по той реке ездит черт с чертовкой, а водяной с водянкой, на одном челне не сидят и в одно весло не гребут, одной думы не думают и совет не советуют. Так бы раб Божий (имя) с рабой Божией (имя) на одной бы лавке не сидели, в одно бы окно не глядели, одной бы думы не думали, одного совета не советовали. Собака бела, кошка сера - один змеиный дух. Ключ и замок словам моим".

Такой заговор "на устудну" применяют не только в любовном треугольнике, но и для того, чтобы посеять раздор между партнерами в любом деле.

У иного читателя может возникнуть вопрос, для чего я в своей книге разглашаю тайны черной магии. Наверняка кто-то этим может воспользоваться. Во-первых, никаких тайн в части черной магии я не разглашаю, так как эти "тайны" растиражированы во многих книгах и газетах в количестве экземпляров, превосходящих тираж этой книги на несколько порядков. Во-вторых, мой читатель должен знать оружие, которое может быть использовано

но и против него. В третьих, вряд ли человеку может навредить черная магия, если он внимательно изучит и использует на практике советы этой книги. Для кого этих советов показалось не достаточно, пусть перечитает эту книгу ещё и ещё раз, - пока не найдет, не увидит, не почувствует их в тексте, в слове, в букве, в цвете, в звуках - словом, в своей энергетике, в своем биополе, в своей жизни, в своих поступках, то есть в тех результатах, достижение которых было поставлено автором при написании этого труда.

Кто кому?

В отношении сглаза и порчи, читатель, мы уже кое-что выяснили. А насколько разные и насколько имеют под собой реальную почву уже упоминаемые расхожие выражения, когда кто-то у кого-то в "печенке" или кто-то кому-то отбил селезенку? Определить по биополю человека, а точнее по его ауре, острый ли у него ум или "тупой" оказывается для тех, кто видит ауру, совсем не сложно. На любой вопрос может дать ответ биоэнерголокация. Но почему же все-таки "печенка", в которую забираются, или "селезенка", которую отбивают? Почему именно через печень или селезенку один человек чувствует недоброжелательное отношение к себе другого человека? У кого из нас вдруг не начинало ныть в области печени либо где-то слева в области селезенки или поджелудочной железы не возникали неожиданно неприятные ощущения?

Для меня разгадка всего этого, в том числе и печеночно-селезеночных выражений, пришла неожиданно, как, впрочем, и многое другое. На этот раз "учитель" появился в образе молодой женщины, которая, придя ко мне на прием, выложила передо мной фотографию какого-то мужчины и спросила:

- Как он ко мне относится?

- В душе хорошо, но отношения между вами сложные, - ответил я.

Ответ был кратким, как и вопрос, потому что отвечал я не задумываясь. Я просто увидел... Увидел то, чего раньше сознательно не видел. Увидел "шланг", тянущийся от

фотографии мужчины в область печени задававшей вопрос. Шланг этот был не одноцветный, он был черно-белый, причем белые его участки были длиннее, а черные короче. После моего ответа эта женщина сказала, что передо мной фото ее мужа, который ее любит, но между ними возникают бурные сцены из-за его ревности. Я ответил, что это вызвано ее отношением к нему, худшим, чем его к ней, - "шланг" от нее к фото был тускло-серый.

В дальнейшем при работе с другими пациентами я обнаружил еще и селезеночный "шланг". Те целители, которые видят подобные "шланги" могут совершенно безошибочно, что подтверждается опросом пациентов, диагностировать отношения между людьми. Для этого надо мысленно задать вопрос: "Как господин (госпожа) Н. относится к господину (госпоже) Х.?" Если при этом целитель видит, что идущий от господина Н. к госпоже Х. "шланг" черного цвета, то - плохо, серого - никак, белого - хорошо, когда участки белого цвета прерываются участками черного цвета - то хорошо, то плохо. Таких "шлангов" может быть и два: один идет к области печени, другой - к области селезенки. После первого мысленного вопроса следует второй: "А как госпожа Х. относится к господину Н.?" Теперь уже смотрим, какие "шланги" тянутся от госпожи Х. к господину Н., и анализируем их цвет. Те, кто сразу ничего не может увидеть, должны представить "шланги", идущие от одного человека к другому в область печени и селезенки, а затем попытаться в своем воображении увидеть "расцветку" этих "шлангов". За представлением придет и видение.

Предлагаемый метод диагностики (узнавания) отношений между людьми не необычен. Он вечен, как вечна Вселенная, как вечна мудрость народная, как вечны сказанные в сердцах слова, впоследствии переходящие в афоризмы, передаваемые из уст в уста через поколения в поколения или присвоенные мудрецами и записанные ими под своими, не всегда блистательными именами.



Сергей Левицкий

Президент Союза русскоязычных писателей в Чешской Республике.

Приворот

Всё-таки закончить медицинский институт с отличием не так просто, да ещё по специализации врач-психотерапевт. Очень многое надо знать: и психологию, и философию, и религию... и многое другое, о чём только Бог знает.

Уже на четвёртом курсе Ольга Константиновна - в ту пору ещё просто Ольга, стала испытывать дискомфорт при общении со сверстниками, а всё то, что они говорили и предпринимали, чтобы завлечь её в постель, было настолько прогнозируемо и неоригинально (скажем больше - примитивно), что вызывало психологическое отторжение. С другой стороны, уже тогда

она поняла, что существуют определённые негласные правила игры, нарушать которые считается неприлично. А самое главное, что поняла Ольга, - это то, что люди вовсе не хотят докапываться до истинных чувств, желаний и причин своих поступков. Ведь в области секса и любви правда всегда цинична, и люди всеми силами противятся знанию истины. Им гораздо удобнее оперировать общепринятыми, привычными понятиями и уж вовсе не хочется разбираться в глубинах подсознания и подлинных мотивах тех или иных поступков - а именно на этом специализировалась Ольга последние два года обучения.

«Неужели, - думала она, - когда мужчина зовёт её на квартиру "только посмотреть коллекцию курительных трубок", он искренне верит в её интерес к этим трубкам (или в её бесконечную глупость)?».

Работу Ольга Константиновна любила и вовсе не переживала, что работала в обычной районной поликлинике. Здесь можно набраться настоящего опыта, без которого последующая работа в элитных клиниках (мечта многих психотерапевтов) просто невозможна.

Вот и сегодня на приём пришла молодая женщина с явным расстройством психики, да она, собственно, это и не отрицала. На вид ей можно было дать лет 30-36. Достаточно дорогая одежда, высказывающая желание выделиться. Дорогие украшения. Разговорчивая. Но речь (в частности, употребление околонаучной терминологии без её явного осмысления) выдаёт интеллигентку первого поколения. Слова были как бы чужими в её устах.

Жалобы: всё плохо.

Формально (для друзей-знакомых) всё в порядке: своя жилплощадь, автомашина, хороший заработок, приличный любовник. Полный набор социального счастья. А его - счастья - не только нет, а даже есть постоянное ощущение какой-то бессмысленности и бесперспективности существования. По ночам нет сна. Желание уста-

новить контакт с высшими силами... Нервозность. Любовник стал явно отдаляться... Словом, замкнутый круг.

Ольга Константиновна прекрасно понимала, что приёмом снотворного проблемы женщины не решить.

Предстоят долгие беседы с воспоминаниями детства, различных эпизодов жизни и с проникновением в подсознание.

Первое, что решила сделать Ольга Константиновна, - проверить наличие нерешённых семейных проблем, проблем детства.

- Видите этот пустой стол, - сказала она Нине (так звали пациентку), - а теперь посмотрите на стол справа от себя. Здесь множество различных кукол-матрёшек. Выберите одну из них.

- Хорошо, - продолжила Ольга Константиновна, - матрёшка - это будете вы. Поставьте её на столе, где считаете нужным.

Нина поставила матрёшку в центре.

- А теперь поставьте на стол две куклы: вашу мать и отца.

Нина поставила кукол напротив себя на некотором расстоянии.

- Есть у вас братья, сёстры? Расставьте их на столе, как считаете нужным.

Через полчаса весь стол был заставлен куклами: родственниками, близкими друзьями и знакомыми Нины, в их числе был и любовник.

- Сейчас давайте вместе проанализируем взаимное расположение кукол, т.е. ваших родственников и друзей. Смотрите, Нина: ваши мать с отцом сестрой и братом стоят группой, а вы - на расстоянии от них, т.е. вы противопоставляете себя семье, находитесь с семьёй в конфронтации.

- Да, это правда, - подтвердила Нина.

- Далее, - продолжила Ольга Константиновна, - ваш любовник стоит ближе к подруге, нежели к вам!

- Я это подозревала, - возбуждённо отреагировала Нина, - неужели это правда?

- В расстановке фигур проявились ваши подсознательные наблюдения и мысли, и они, как правило, более верные и правди-

вые... Скажу только одно, Нина, ваши отношения с окружающим миром не отрегулированы, и сейчас мы займёмся лечением. А для начала расставьте фигуры на столе снова - так, как вам кажется идеальным, и будем вместе думать, как добиться гармонии. Но для этого придётся о многом подумать, многое проанализировать и порой прийти к весьма неожиданным и неутешительным выводам. Вы согласны такое выдержать?

С Ниной предстояла ещё не одна встреча, но, разбирая чужие несчастья, Ольга Константиновна всё более улавливала в себе какой-то внутренний голос, который, издеваясь, спрашивал её: "Ну а твои-то интимно-личные отношения, товарищ специалист, разве можно считать нормальными?". И это было правдой. Ольге уже не раз приходила в голову мысль воспользоваться услугами нетрадиционной медицины.

Недостатка в предложениях не было. Все газеты предлагали услуги потомственных ясновидящих, целительниц и парапсихологов. Почти все они были "единственными в Европе и почти самыми сильными в мире". Они с удовольствием снимали порчу, сглаз, проклятия, отводили беду, защищали от энергетических вампиров и сжигали любое колдовство. Особенно удавалось им, судя по рекламе, "Мгновенный приворот и снятие "Венца безбрачия". Звали их, конечно, экзотическими именами: Магдалена, Ева, Эльвира, хотя была среди них и госпожа Лобкова.

Ольга Константиновна записалась на приём к "потомственной целительнице" Магдалене, она хоть и была чуть дороже, но зато обещала за один сеанс решить все проблемы.

Приём проходил в хорошо обставленной квартире. При входе Ольгу Константиновну встретила ассистентка, попросила чуть подождать, предложила чай, кофе, хорошие шоколадные конфеты.

Ольга пила кофе из элегантной фарфоровой чашечки и разглядывала развешенные по стенам международные Дипломы с

вензелями и печатями каких-то парапсихологических обществ и институтов, различные Сертификаты, как бы случайно оставленную на столе "Всемирную энциклопедию ста сильнейших парапсихологов мира" в дорогом кожаном переплёте с не менее дорогой закладкой. Оказалось, что закладка была сделана на букве "М". Конечно, здесь была Магдалена и даже её фотография, которая показалась Ольге Консантиновне чем-то знакомой.

- Пожалуйста, заходите в кабинет, - пригласила Ольгу Константиновну ассистентка.

...Перед Ольгой Константиновной сидела её постоянная пациентка Нина...

Но сколько же величия и уверенности было в её взгляде и осанке!

Бесплатный доктор

Игорь Александрович любил просматривать газету "Из рук в руки". В этот раз его внимание привлекло объявление в рамочке:

ПОЗАБОТЬТЕСЬ О СВОЁМ ЗДОРОВЬЕ !
КОНСУЛЬТАЦИЯ И ОБСЛЕДОВАНИЕ У
БЕСПЛАТНОГО ДОКТОРА
Запись по телефону 676 58 99

Экономические катаклизмы последних лет делали для Игоря Александровича затруднительным посещение престижной клиники, да и особой необходимости в свои 49 лет он в этом не испытывал.

Среди друзей он неоднократно слышал о стоимости современного медицинского обследования и о "святых дарах", преподносимых врачам.

- Почему бы и не записаться к бесплатному доктору, - решил после некоторых сомнений Игорь Александрович.

Частный медицинский кабинет находился в недавно отремонтированном зда-

нии и внутри выглядел вполне представительно. А встретившая его медсестра в голубом свежееглаженном халатике с пикантно не застёгнутыми пуговками вызвала воспоминания о недавно прошедшей молодости и смутные душевные волнения.

Врач со странной фамилией Брандмауэр (пожарники знают, что имеется в виду) принял Игоря Александровича приветливо, распросил о жалобах на здоровье и перешёл к обследованию.

Прослушивание дыхания, измерение пульса и давления показали отличные результаты, достойные приёма в отряд космонавтов.

Осмотр роговицы глаз и коленные рефлексы также не вызывали тревоги. Игорь Александрович испытывал удовольствие от ощущения своего подтверждённого медициной здоровья и логически вытекающего из этого долголетия.

Однако при осмотре более интимных частей тела Игорь Александрович, внимательно наблюдавший всё это время за выражением лица доктора, заметил появление на его лбу недовольных складок...

- А рези при мочеиспускании вы не испытываете? - совсем нахмутив лохматые брови, спросил доктор.

Враз взволновавшийся Игорь Александрович старательно стал вспоминать ощущения последних дней и, кажется, припомнил случившееся как-то слабое жжение.

Услышав это, доктор сделал крайне недовольное лицо, покачал головой и, упрёкнув Игоря Александровича в невнимании к себе, предложил в течение трёх дней провести самонаблюдение и явиться на осмотр вновь, естественно, бесплатно.

Домой Игорь Александрович вернулся крайне встревоженный.

- Неужели что-то серьёзное? Надо будет действительно прислушаться к себе, - думалось ему.

Рассказ жены о том, что они выиграли от турфирмы бесплатную поездку на Кипр не только не отвлек Игоря Александровича от неприятных мыслей, но и вызвал раздражение. Какая ещё бесплатная поезд-

ка, когда речь идёт о здоровье!

Перед сном он специально выпил несколько больших чашек чая, лёг и стал прислушиваться к своим ощущениям. Распуганная тревога напрочь отбила сон. Вскоре он встал, надел халат и вышел в туалет.

Никаких новых ощущений он не испытывал. Хотя после третьего посещения ему показалось, что лёгкое жжение всё же ощущается.

Это жжение то проходило, то появлялось и было на грани ощущений.

Но было!

Проведя три практически бессонных ночи, постоянно прислушиваясь к своим ощущениям, пытаясь вспомнить и сравнить их с предыдущими, Игорь Александрович, крайне подавленный, вновь пришёл на приём.

В этот раз незастёгнутые пуговицы медсестры его уже совершенно не интересовали.

- Ну как, было жжение? - утвердительно спросил доктор Брандмауэр.

- Кажется было, - робко, но ещё с надеждой в голосе на ошибку ответил пациент.

- М-да, - покачал головой доктор Брандмауэр, а Игорь Александрович впился глазами в его лицо, пытаясь определить серьёзность своего положения.

- Ситуация нехорошая, - после длительной паузы произнёс доктор - болезнь ваша очень редкая и называется... - тут доктор произнёс по латыни какое-то загадочное словосочетание.

- Возможна даже ампутация... - здесь доктор многозначительно хмыкнул и пошевелил поднятыми вверх двумя пальцами.

- Обоих? - побелевшими губами пролепетал Игорь Александрович.

- Знаете что, - снова сделав паузу, сказал доктор, - вам сильно повезло. Я как раз являюсь специалистом по этой редкой болезни. Будем бороться вместе! Однако лечение не будет быстрым и займёт около полугода.

- Я согласен на всё, - с мольбой в голосе и нарождающейся надеждой на излечение произнес Игорь Александрович.

- Тогда вы должны решить: будем лечиться отечественным препаратом или

швейцарским?

- А в чём разница? - спросил больной, заранее осознавая нелепость своего вопроса.

- Разница в чистоте лекарства, отсутствии побочных явлений, а главное, в эффективности! Ну и конечно, в цене.

Надо было соглашаться на более эффективное. Правда, с мыслью о замене автомашины на новую сразу пришлось расстаться. Вот и говори после этого, что здоровье не купишь...

- Даже не знаю, как быть, - продолжил доктор. - Рецепт-то я вам выпишу, только в аптеке это лекарство вы наверняка не найдёте, а за выписку лекарств, отсутствующих в аптеке, нас ругают.

- Доктор, может быть, вы как-то можете? - умоляюще посмотрел пациент.

- Единственное, что могу для вас сделать - связаться со своим швейцарским коллегой, чтобы он переслал лекарство самолётом.

Однако вы знаете западников. Бесплатно он это делать не будет...

Но и я далее бесплатно лечить вас не могу, а контроль за ходом лечения надо будет делать еженедельно.

Услышав цену, Игорь Александрович подумал, что и со старой автомашиной, возможно, придётся расстаться.

Все же несколько успокоенный и с надеждой он возвратился домой.

Жена, обрадовавшись, что положение не безвыходное, предложила отвлечься и пойти в турфирму, где на презентации в торжественной обстановке им обещали вручить выигранный в лотерею тур на Кипр. Это подтверждал почтовый конверт, с полиграфической точки зрения выглядевший безукоризненно.

- Пойдём, согласился воспрянувший духом Игорь Александрович.

Помещение турфирмы было ярко освещено. При входе, на столиках были разложены какие-то призы. Девушка с длинными ногами и в короткой юбке любезно встретила их, поздравила с выигрышем и усадила за один из столиков, за которым

уже сидел весь зализанный и приторно-предупредительный, аккуратно одетый молодой человек. Он сразу предложил по бокалу шампанского, орешки, шоколад.

За соседними столиками также сидели семейные пары с шампанским, орешками шоколадом и удивительно похожими между собой сотрудниками турфирмы.

- Сейчас мы покажем вам фильм об отдыхе на Кипре, - взял в свои руки инициативу "зализанный", - а затем объясним вам условия выигранной поездки.

Фильм длился довольно долго, причём, помимо рекламы отдыха, значительное время уделялось приобретению недвижимости на острове.

Затем в центре зала вновь появилась девушка с длинными ногами и снова, поздравив все пары с выигрышем, сообщила, что выигранная поездка - бесплатна, однако за авиаперелёт надо заплатить наличными и сейчас (это обязательное условие!), а кроме того доплатить за категорию отдыха "All inclusive", объяснив непонятливым перевод: "Всё на халяву". Особенно девушка напирала на приобретение недвижимости, обещая, что в этом случае фирма оплатит и перелёт, и "халяву".

Игорь Александрович вспомнил многочисленные объявления турфирм с предложениями отдыха на Кипре и мгновенно вычислил, что просто купить путёвку обойдётся значительно дешевле. Остальные пары, перебарывая воздействие шампанского, также пытались произвести в уме арифметические действия. Тут в самый пик общественного мыслительного процесса, сидевший в центре зала за столиком с девушкой коротко подстриженный молодой человек с толстой золотой цепью на короткой шее громко хлопнул по столу пачкой денег.

- Берём! - и победно осмотрел окружающих.

«Подставка,» - подумал Игорь Александрович и, глядя в глаза "зализанному", сказал:

- Не нужен мне ваш бесплатный сыр!

- Тогда просьба оплатить шампанское, - парировал тот.

- Можете взять себе выигранные нами путёвки и купить себе шампанского ещё, - уходя, бросил Игорь Александрович.

Дома он ещё долго возмущался "этими прохвостами", пока вдруг не услышал совет жены:

- А не сходить ли тебе в районную поликлинику? У них плохие интерьеры, очереди, но опыт лечения тысяч больных - это всё-таки немало!

- Если вы три дня будете смотреть на свой абсолютно здоровый указательный палец, - сказал врач в поликлинике, - и будете прислушиваться к ощущениям в пальце, уверяю вас, вы тоже почувствуете жжение... Идите спокойно домой!

На радостях Игорь Александрович поменял старую машину на новую.

Как сложилась дальнейшая судьба и карьера доктора Брандмауэра, он не знает.

Бесплатный сыр - не ест.

КАК СОХРАНИТЬ ЗДОРОВЬЕ ИЛИ ДЛЯ ЧЕГО НУЖНЫ ПЧЁЛЫ

(ОРГАЗМ И ДОЛГОЛЕТИЕ)

Всегда, когда Олег запоздно возвращался домой от любовницы, он испытывал некоторые угрызения совести. А сегодня, когда жена Татьяна, с нежностью встретив его, сказала: «Олег, у тебя совсем замученный вид, а осенью "бархатный сезон" в вашей Госдуме наверняка не предвидится,» - он снова испытал чувство неловкости.

- Пока лето, я взяла тебе путёвку в Карловы Вары на 21 день в «Бристоль Палас».

Олег знал, что «Бристоль Палас» - самый престижный санаторий в Карловых Варах, и об этой поездке с Татьяной они уже не раз говорили.

- А как же ты? - спросил он.

- Олег, ты же знаешь, я не могу оставить маму, - ответила Татьяна, - поезжай один.

В Карловы Вары из пражского аэропорта Олег приехал к обеду. Выйдя из такси,

он сразу почувствовал необыкновенное ощущение спокойствия. Воздух, струившийся с невысокого лесистого холма, был не просто свежим - он был "вкусным". Радостно щебетали птицы, а сама бледно-розовая вилла санатория, стоящая на возвышении, как бы плыла в голубом небе.

Нигде не было видно привычных людей в камуфляже, вооружённых охранников, автомобилей с "мигалками" и прочих атрибутов власти и беспокойной жизни.

Персонал помог быстро разместиться в номере и предложил пройти на обед, после которого предлагалось посетить врача - для осмотра и назначения лечебных процедур.

Столовая находилась на большой светлой застеклённой веранде.

Олегу понравилось, что к нему сразу подошли, вежливо поздоровались и показали его постоянное место. Как и все госчиновники, он ревностно следил за проявлением к себе уважения, согласно его рангу. Постепенно это стало сказываться даже на его манере общения с женщинами. Если раньше, стремясь понравиться женщине, Олег старался быть остроумным, интересным собеседником, то теперь, как он заметил, достаточно было порой просто сообщить даме о том, что он является депутатом Госдумы, чтобы почувствовать себя сексуально привлекательным.

Быстро сделав заказ, Олег профессиональным взглядом бойца невидимого любовного фронта, стал ненавязчиво осматривать окружающих. Он знал, что в «Паласе» любит останавливаться современная российская элита, а также элита бывшего СССР. И действительно, практически здесь были одни "русские". Их Олег, имеющий большой опыт общения с чиновниками и их жёнами, сразу определил по недовольно-величественным лицам жён, а мужчин - по спортивным костюмам "Найк" или "Рибок". Некоторые жёны, не потрудившись переодеться после принятия процедур, демонстрировали поразительное гротесковое сочетание халатов и большого количества золотых и бриллиантовых украшений. Но не они интересовали Олега.

Краем опытного глаза Олег, которого на работе по возрасту и должности полагалось величать Олег Борисович, отметил женщину лет двадцати восьми, которая сразу выделялась из общей картины отдыхающих.

А выделялась она именно тем, что не выделялась вовсе! Это и есть тот высший шик, который Олег знал и в котором хорошо разбирался. И действительно, женщина сидела за столом прямо, спокойно и достойно.

Её сильные чёрные волосы были тщательно и гладко зачёсаны назад. Хороший, неброский макияж. Красивые уши дополняли небольшие серьги. Во всём внешнем виде, в манере есть, одеваться - чувствовалась многолетняя тщательная "полировка". Интеллигенции "первого поколения", упирающейся на дорогие, но броские вещи, произвести такое впечатление генетического достоинства, как правило, не удаётся. И хотя Олегу всю жизнь нравились блондинки, в этот раз он почувствовал лёгкий холодок в спине от охотничьего азарта. Олег продолжал незаметно разглядывать незнакомку, всё более испытывая ощущение, что где-то уже её видел. Он даже пытался несколько раз поймать её взгляд, но, в отличие от профсоюзных домов отдыха, где дамы сами шарят глазами, этого не произошло.

«Ничего,- успокоил себя Олег. - К счастью, в Карловых Варах всего двенадцать минеральных источников, так что встречи со мной ей не избежать.»

То, что встреча обязательно состоится, Олег не сомневался, т.к. порой мужчине и женщине достаточно увидеть друг друга "боковым зрением", чтобы почувствовать контакт.

А Олег его почувствовал.

Осматривающий Олега врач-чех хорошо говорил по-русски. Олегу, как и большинству отдыхающих, желающих просто отдохнуть от стресса и профилактически оздоровиться, прописали питьё минеральной воды из "Мельничного источника" (все 12 источников имеют свои названия), массаж, пузырьковые ванны, сухие углекислые ванны, сауну - все процедуры приятные и не утомительные.

За час до завтрака Олег уже был возле "Мельничного источника" и не спеша попивал из специальной кружечки соленоватую воду, вытекающую из источника при температуре 53 градуса Цельсия.

К счастью, оказалось что "Мельничный источник" расположен в старинной колоннаде вместе ещё с четырьмя источни-

ками, что сильно повышало вероятность встречи с незнакомкой.

И вскоре она действительно подошла именно к этому источнику.

Разглядев её фигуру, что вчера было невозможно сделать в столовой за столиком, Олег понял, что не ошибся. И хотя в свои 44 года он имел неплохой опыт общения с женщинами, которые почти всегда отвечали ему взаимностью, в это раз, может быть, от горячей минеральной воды, его лоб покрылся испариной. Он почувствовал, что привычно отработанные им способы знакомиться в данном случае могут оказаться непригодными.

И, наверное, впервые в жизни он не решился подойти. А ещё он не решился подойти потому, что незнакомка страшно напоминала ему жену одного очень известного в России человека, который, правда, по возрасту годился ей, как минимум, в отцы. Олег посмотрел внимательней. Да, это была она!

«Одна?» - мелькнула мысль.

Олег достал мобильный телефон и, позвонив помощнику в Москву, спросил о погоде, текущих делах и заодно, невзначай, попросил выяснить, где сейчас находится этот "Очень известный в России человек". Через несколько минут он уже знал, что незнакомка отдыхает одна, а заграничными перемещениями её мужа он сможет наблюдать по программе НТВ. Благо в Карловых Варах российское телевидение принимается во всех отелях.

Поздно вечером, перед сном, Олег долго размышлял о том, как подойти к "незнакомке". Он понимал, что подойти со знакомством можно будет только один раз и он безошибочно должен сразу произвести хорошее впечатление. Привычные: "кажется, мы где-то встречались", "что вы делаете сегодня вечером" и тому подобные пошлости дешёвого дома отдыха здесь явно не подходили. Так ничего и не надумав, Олег заснул.

Но Случай нередко помогает нам в наших планах.

Утром, сидя в ожидании приглашения на массаж, Олег лениво перелистывал оставленную кем-то на соседнем стуле странную книгу на русском языке, совсем мало подходящую для курортного чтения: "Популяции пчёл".

«Наверное, передо мной был какой-то сумашедший пчеловод,» - подумал Олег.

Но вскоре дверь кабинета раскрылась, из неё вышла Она и, увидев в руках Олега книгу, с улыбкой спросила:

- Как вам нравится моя книга?

- О пчёлах я знаю только две вещи,-ответил Олег,-они кусаются и дают мёд.

- Немало для культурного человека,-протягивая руку за книгой, снова улыбнулась она.

- Но я бы хотел знать о пчёлах гораздо больше,- пошутил Олег.

- Я могу вам оставить эту книгу на несколько дней,-парировала она.

- А, может быть, лучше мы обсудим это сегодня вечером в кафе? - с замирианием сердца спросил Олег и представился.

- Хорошо,- просто ответила она,-меня зовут Маша. Я буду в восемь вечера.

Олег долго думал, выбирая одежду. Прийти в пиждаке с галстуком, пусть даже от престижной фирмы, слишком официально. В свитере - несколько простовато, да и заметен небольшой животик. Выбрал пуловер, рубашку с галстуком, заботливо подобранными под цвет женой.

Кафе в санатории Бристоль Палас расположено в самом здании, имеет приятный интерьер и удобно для проживающих. Олег заранее выбрал хороший столик.

Маша пришла ровно в восемь. Как и в прошлый раз, Олег отметил меру во всём: в косметике, в одежде, в украшениях. Особенно Олегу понравилось то, что Маша пришла в юбке - в меру короткой, из лёгкой ткани. «Хороший признак,» - подумал Олег.

В последние годы его стала утомлять мода на женские брюки. Даже летом стало трудно увидеть женщину в юбке. И это не только в России, но и в других странах. Сколько раз Олег останавливался на улице и пытался увидеть редкостное зрелище - женщину в юбке.

С первых же минут с Машей сложился лёгкий непринуждённый разговор.

Олег, привыкший на работе к малограмотным речам, пересыпанным уголовно-блатным жаргоном с пропущенными подлежащими, с удовольствием слушал подзабытый литературный русский язык Маши.

Из разговора выяснилось, что Маша - кандидат биологических наук, а книгу про пчёл написала она сама.

- Мне кажется, о животных и насекомых, их поведении написано гораздо больше, чем о людях,- пошутил Олег.

- Общение с животными может дать людям огромную пищу для размышлений и самопознания,- ответила Маша. - Я, например, многое для себя поняла. В частности, Олег, должна вас сразу предупредить: я не позволяю, чтобы мужчины выбирали меня. Мужчин себе выбираю я сама!

- Ну хорошо, надеюсь, что хотя бы вино вы позволите выбрать мне,-парировал Олег. Предлагаю архивное "Сватовавржинекке". Это сухое, красное вино, один из лучших чешских сортов.

- Вы угадали, Олег, я пью только красные сухие вина, это фактически лекарство. Во Франции, в тех областях, где вина пьют много и приобщаются к вину с детства, процент алкоголиков очень невысок. В последнее десятилетие антиалкогольная пропаганда привела к снижению потребления вина. Результат: увеличение алкоголизма и рост сердечно-сосудистых заболеваний.

- Эти рассуждения меня крайне устраивают,- улыбнулся Олег. Я боялся, что вы потребуете мёд.

- А всё-таки, что вы думаете, зачем нужны пчёлы? -спросила Маша.

- Чтобы давать мёд,-ответил Олег.

- Судя по вашей логике, Олег, коровы существуют для того, чтобы давать молоко, бараны - чтобы обеспечивать нас, людей, мясом и шерстью, куры-нести яйца и т.д.

- Конечно,-согласился Олег.

- Ну, а зачем существуют собаки, кошки?

- Собаки - сторожить дом, кошки приносят человеку в дом уют и спокойствие.

- А для чего существуют цветы, розы, например?

- Ну как же. Ведь это очень красиво. Цветы вообще украшают жизнь человека,- ответил Олег.

-Тогда ответьте, мне зачем цветёт липа?

-Липа? Чтобы обеспечить пчёл мёдом, да и человеку приятно вдыхать запах цветущей липы и любоваться сотнями тысяч цветов.

-Значит, и жёлтые цветы одуванчика предназначены ласкать взгляд человека? А зачем тогда образуется белый воздушный шарик, состоящий из тысяч парашютиков, каждый из которых несёт зёрнышко? -спросила Маша. - Вас послушать, так все

животные и растения существуют только для пользы или услаждения взгляда человека. А как же вши, клопы, комары, тараканы? Разве они служат человеку, услаждают его взгляд?

Нет, Олег! Это человек приспособливает всё вокруг: использует животных и растительный мир. Ест рыбу или наслаждается зрелищем рыбок в аквариуме.

А теперь представьте, что людей на земле ещё нет или уже нет. Что же тогда вся природа теряет смысл? Услужить некому? Нет, уверяю вас, всё будет так же бегать, плавать, расти и даже ещё лучше, чем в присутствии людей. Значит, цель всего живого и неживого на Земле - вовсе не служение человеку. А тогда какая?

Цель всего живого на Земле, всех растений только одна - размножиться, создать как можно больше себе подобных. Для этого рыба мечет икру, куры несут яйца, пчёлы выкармливают мёдом свои личинки, липа и одуванчик цветут и затем разбрасывают по ветру тысячи семян. И вовсе они при этом не думают о пользе для человека или создании для него эстетических зрелищ. Это уж человек, несколько не сомневаясь, что всё в природе создано для его блага, затем закатывает икру в банки, жарит яичницу, заваривает липовый чай.

- Ну хорошо, - ответил Олег, - допустим, вы убедили меня, что всё в природе может существовать независимо от наличия или отсутствия человека и что ЕДИНСТВЕННАЯ цель всего живого и растений - размножение. Но тогда размножение для чего?

Ну будет, предположим, в 10 раз больше лип, одуванчиков, рыб, птиц. На следующий год ещё в 10 раз больше, потом ещё... А какая же конечная цель всего этого? Какой смысл в этом параде размножения?

- Олег, вы правы. Смысла никакого и нет! Это мы, люди, живя на Земле короткий отрезок времени (в космическом масштабе), во всём видим цель: забор - чтобы никто не проник на территорию, лифт - легче и быстрее подниматься и т.д. А подниматься куда и зачем?

- Судя по вашей логике, Маша, жизнь, существование человека, да и всего человечества, также не имеют смысла?

- Конечно, не больше, чем смысл существования пчёл!

- Погодите, погодите, - возмутился Олег.

- А как же развитие цивилизации: паровозы, корабли, самолёты, развитие медицины? Культура, наконец, театры, кино, живопись и литература! Это что, тоже не имеет никакого смысла?

- Нет, почему же. Для ЧЕЛОВЕКА на конкретном отрезке времени его жизни это украшает, облегчает существование и порой подменяет принципиальное отсутствие смысла жизни отдельными достижениями: построил дом, сделал баню, купил мебель.

Но давайте посмотрим на Землю из Космоса, с другой планеты. Вспомним летнее ночное небо, всё усыпанное звёздами. Невольно понимаешь масштабы Космоса и своё ничтожество. Недавно были открыты планеты с возрастом 10 миллионов световых лет. И в этом бесконечном по времени и размеру пространстве несётся пылинки - наша Земля. На ней микропылинки - это мы, люди. Одной такой пылинкой больше, меньше - какая разница, кто заметит?

Надо признать, что существование человечества (по крайней мере, на Земле) в Космическом понимании, не имеет никакого смысла. Если только не существует Бога, который создал всё это и который знает подлинный смысл всего.

Но ещё раз хочу вам подчеркнуть: человек на своём временном отрезке существования ставит перед собой конкретные (не космические) цели. И это нормально! Эти цели ясные и простые: хорошее жильё, здоровье, хорошие дети, материальный достаток и т.д. И для каждой личности на отпущенный ей срок жизни эти цели "работают". Люди возводят эти цели в абсолют, и они вытесняют из головы мысли о бессмысленности существования человечества. И это правильно. Вообще, мы, люди, не любим воспринимать правду жизни и предпочитаем жить в привычных и удобных иллюзиях и условностях.

Если мы согласимся с тем, что единственный природный смысл существования человека - размножение, то становится ясно, почему учёные-медики связывают продолжительность жизни с продолжительностью половой жизни человека.

Приглядитесь к Природе. Всё, что состарилось, отслужило свой срок, подлежит уничтожению.

Половая жизнь является сигналом, поступающим в мозг и подтверждающим: "я

ещё нужен, я размножаюсь". Перестанет поступать сигнал, и природа включает биологический механизм самоуничтожения: ведь человек уже не выполняет свою биологическую задачу воспроизведения себе подобных. Наступают быстрое старение, болезни и смерть.

"Занимайся сексом - проживёшь сто лет" - такого рода заголовки всё чаще мелькают в западной печати, - закончила свой монолог Маша.

Из сказанного Машей Олег со многим мог согласиться, но слышать такие чёткие, безжалостные суждения от красивой женщины было очень непривычно.

Ужин подходил к концу. Принесли кофе. Олег чувствовал, что пора выяснять главный, волнующий его вопрос: продолжение вечера.

- Ну и что же вы решили, Маша? Выбираете меня?

- Да,-ответила она.

- И как надолго? На неделю, день, час? - с иронией спросил Олег.

- Только на сегодня, на два часа,- ответила Маша.

По-настоящему умные женщины в постели бывают немного циничными.

- Разреши я возьму инициативу в свои руки, - мягко попросила Маша,-у меня есть свои странности...

Через два часа Олег вышел из Машиного номера несколько озадаченный.

Но зато он твёрдо знал, для чего нужны пчёлы.

**Издаём книги
любого объёма и тиража
- быстро и недорого
Тел.: +420 602 395 669**

Обзор новостей медицины**Время собирать камни...**

Учёные Принстонского университета США пришли к удивительному открытию, которое может полностью изменить многие наши представления об эзотерических явлениях, подвести к раскрытию тайн гипноза, сглаза, колдовства и ясновидения.

Суть этого удивительного открытия, опубликованного в журнале *American Family Physician* 1/2005 г., состоит в следующем.

Известно, что в течение жизни у большинства людей в тех или иных органах откладываются камни, в первую очередь, в желчном пузыре, почках и мочевом пузыре. Неутешительная статистика: среди жителей Европы не менее 64 процентов взрослого населения страдает от подобных заболеваний.

Многие люди считают, что желчный пузырь - это тот орган, в котором образуется желчь.

На самом деле желчь вырабатывается в печени, а в желчном пузыре она только хранится до очередного приёма пищи. Опуская сложные медицинские теории о возникновении желчнокаменной болезни, авторы упомянутой статьи напоминают читателям, что существуют два вида камней:

1. Жёлтые холестериновые камни. Главный компонент - холестерин.

2. Чёрные пигментные камни, состоящие из пигмента билирубина. Главный компонент - билирубин.

Размер камней может быть различен - от долей миллиметра (песок) до нескольких сантиметров.

Исследование извлечённых из пациентов билирубиновых камней (эти камни отличаются особой твёрдостью и не поддаются никакому растворению с помощью лекарств) позволило прийти к сенсационным результатам.

Оказалось, что билирубиновые камни, которые могут десятилетиями находиться в желчном пузыре человека, обладают особой кристаллической структурой, удивительным образом преломляющей направленные на билирубин волновые электромагнитные воздействия, биоэнергети-

ческие поля, включая даже и торсионные поля. Мало того, оказалось, что в самом билирубине имеются участки, (учёные назвали их "волновые отсеки"), где записана "человеческая история" пациента, подобно тому, как в молекуле ДНК записан генетический код человека.

Таким образом, билирубиновые камни, неся в себе жёсткую и нестираемую запись психофизического состояния личности его владельца, преломляют и отражают электромагнитные и биоэнергетические поля. Билирубин охраняет своего владельца от всяких новых воздействий, т.к. его задача - сохранить неизменным прежнее пространственно-временное состояние.

Эксперименты, описанные в цитируемом журнале, твёрдо подтвердили защитные свойства билирубина от сглаза, чёрной магии, венца безбрачия, порчи, колдовства и других негативных биоэнергетических воздействий.

Носить билирубин, как защитное средство лучше всего на левой руке, в виде небольшого камня в оправе из серебра или золота. Верхняя часть камня не должна быть закрыта никакими декоративными украшениями.

Крайне важно знать, что можно носить только камень, извлечённый из своего организма. Категорически запрещается использовать извлечённый билирубин даже от ближайшего родственника!

Так что, если с вами уже произошла неприятность по удалению желчного камня - ни в коем случае не выбрасывайте его!

*Билирубин -
новая медицинская сенсация!*

**Ещё не время
разбрасываться
камнями...!**

«Похоже, что медицинская сенсация с билирубиновыми камнями находится только в начальной стадии» - заявил немецкий профессор К.Вельтер (Франкфурт) - ведь именно в Германии возникло целое направление электропунктурной диагностики по методу Р.Фолля, основанное на измерении

"энергетического потенциала" биологически активных точек (БАТ) тела человека.

Методика электропунктурной диагностики и терапии, введённая в медицину в 1956 году немецким доктором медицины Рейнхольдом Фоллем, использует для диагностики и электролечения точки на теле человека, известные ещё в древнем Китае 4-5 тысяч лет назад.

Незадолго до этого, в 1952г., Вальтер Шмит (Мюнхен), исследуя БАТ с помощью переменного и постоянного тока, обнаружил, что при "недостаточности" органа сопротивление соответствующей БАТ увеличивалось, но вскоре наступало "падение" стрелки прибора. Таким образом, был открыт феномен "падения".

Популярно методику Р.Фолля можно изложить следующим образом.

От прибора со стрелкой, наподобие вольтметра отходят два провода. Один заканчивается электродом, который пациент берёт в руку. Другой - иглой, которой врач надавливает на БАТ (большинство расположены в районе ногтей). Стрелка прибора сразу показывает, например, деление 60. Однако через несколько секунд показания прибора начинают падать, например, до 25 делений. Это падение означает, что исследуемый орган, связанный с БАТ, "недостаточен", т.е. попросту нездоров и не обладает необходимым резервом. Какое лекарство применить для его восстановления? Какова будет индивидуальная реакция организма на это лекарство? Ответ на подобные вопросы в классической медицине занимает порой месяцы.

Методика доктора Р.Фолля позволяет найти ответ всего за 10-20 минут. Для этого врач использует запаянные стеклянные тест-ампулы с растворами различных лекарств. У врача их сотни. Ампула всего лишь вставляется в небольшой металлический держатель, расположенный на пути прохождения электрического тока от иглы к прибору. Если стрелка прекращает "падение" - значит, лекарственный препарат выбран правильно, если падение стрелки продолжается - врач устанавливает следующую ампулу с новым препаратом. Так продолжается до тех пор, пока требуемое для организма лекарство не будет найдено.

В настоящее время в обществе Фолля

объединяется более 10.000 врачей разных специальностей во всём мире. За последние годы метод Фолля (он скончался в 1990 г.) был значительно обогащён и усовершенствован его последователями в более, чем 50 странах мира. Не чудо ли?! Для определения состояния организма человека и назначения лечения врачу - "фоллисту" нужно всего 60 минут!

Суть же новой "билирубиновой сенсации" состоит в том, что вместо тест-препаратов в устройство можно... положить камень-билирубин пациента, который покажет, каким именно органам он вернёт здоровье! Подобно тому, как по расположению и форме годовых колец на срезе дерева специалист может многое рассказать об истории жизни дерева и даже об особенностях климата, билирубин содержит информацию об индивидуальной истории развития организма человека.

Медиков буквально потряс тот факт, что ношение на руке кольца с правильно установленным в оправу билирубином, является мощнейшим лекарством одновременно для многих органов человека!

Итак, не выбрасывайте билирубин! Это естественная защита и оздоровление организма!

Уверенность и здоровье !

Изготовление лечебных колец с билирубиновым камнем.

В соответствии с методикой доктора Р.Фолля

Мощная защита от негативных биоэнергетических воздействий

(защита от колдовства, заговора, приворота, снятие венца безбрачия)

Излечение Вашего организма от хронических заболеваний

Единственная в Чехии специализированная мастерская.

Огранка, определение поляризации кристаллической структуры билирубина, правильная установка камня в оправу с учётом вектора поляризации.

Адрес мастерской: V Levice 6, Praha 1, 110 00



Эдуард Трескин

*Член Союза русскоязычных писателей
в Чешской Республике.*

Бег совы

Рассказ

- Если бы меня спросили, к чему более всего склонно человечество, то я ответил бы - к разделению, да-с, к размежеванию.

Мой собеседник, доктор Карл Карлович Соловей, по всей видимости, с юности лелеял в себе книжный образ чеховского земского врача и любил в разговоре употреблять слова и выражения несовременные, вроде "да-с", "нет-с", "сударь", "поелику", "не соблаговолите ли"...

Внешне Карл Карлович соответствовал своему имени, поскольку был похож на аккуратного немецкого Санта Клауса - с изумленно-веселыми глазами и розовыми склеротическим прожилками на носу и щечках. А его голос обладал одной особенностью: он убеждал. Все, что ни говорил Карл Карлович, выглядело солидно и правдоподобно.

Кроме того, он был неисправимым философом и каждую, даже незначительную, проблему старался рассматривать с разных сторон, увязывая ее со вселенским ходом событий и придавая бытовому факту историческое значение.

Например, досадные неудачи российской сборной по хоккею он объяснял изменением коллективного сознания.

- Индивидуализм крепчает, - говорил он убежденно, - а соборность утрачивается. Отсюда и проигрыши в командных видах спорта.

Голос у него был низкий, убедительно рокочущий, и не верить ему было невозможно.

Появление в нашем городе иностранных студентов Карл Карлович связывал с тенденциями нового переселения народов.

Терроризм - со всемирным потоком и извечным противостоянием горных племен населению равнин.

Развитие Интернета - с глобальным потеплением, падение курса доллара - с парадом планет, большое количество длинноногих девушек - с успехами гинекологии, а неурожай антоновки на его даче - со

смещением земной оси.

При этом доктор был абсолютно нормальным человеком, в нем не было ничего маниакального, а от идей своих, безусловно выстроенных, он мог легко и отказаться, если видел, что собеседнику они не по душе.

По специальности Карл Карлович был фониатр, то есть занимался человеческими голосами: лечил фарингиты, трахеиты, несмыкание связок - все, чем страдают чаще всего певцы, актеры, учителя, лекторы и политики.

Служил он в нашем оперном театре, и виделись мы довольно часто. Нет, с голосом у меня проблем практически не было, хотя и пел много - весь ведущий баритональный репертуар. Но один-два раза в неделю я приходил к нему в кабинет просто "поговорить за жизнь", поскольку с ним можно беседовать обо всем на свете, а к его манере излагать свои мысли от Адама нужно просто привыкнуть.

Во время одной из таких встреч-бесед я и пожаловался Карлу Карловичу на то, что катастрофически не хватает времени: не успеваю, мол, новые книги читать, детей воспитывать, с друзьями встречаться... в кино, наконец, ходить... с женой. Словом, в сутках мне не достает двадцать пятого часа.

Доктор улыбнулся и пророкотал:

- Вот я и говорю - человечество неоднородно. Не в том смысле, что на мужской и женский род делится - это-то понятно. Оно вообще состоит из групп, классов, разрядов и так далее. Согласны?

- Да, пожалуй... Но... какое отношение...

- Никаких "но". Вначале скажите, голубчик, на какие большие группы, по вашему мнению, можно разделить человечество? Только я попросил бы обойтись без расизма, а также без классовой борьбы и прочих откровений исторического материализма.

- М-м-м... На умных и дураков?

- Ну, это слишком условное деление.

- Почему?

- Потому что порою умный выглядит глупо, а глупец оказывается прав. Вы разве не замечали, что школьные двоечники

очень неплохо устраиваются в жизни? По крайней мере, с деньгами у них, как правило, все в порядке.

- А ведь верно. Ну, тогда... на везучих и невезучих, на красивых и некрасивых...

- Оставьте-с, это метафизика. Ладно, не буду вас мучить - отвечу сам. Главным образом, человечество разделяется на две, я бы сказал, генеральных категории - на сов и жаворонок. Доводилось об этом слышать?

- Да, краем уха.

- Вот и отлично. В таком случае, вы знаете, что жаворонки просыпаются рано утром и спать ложатся вскоре после программы "Спокойной ночи, малыши". А некоторые даже до ее окончания.

Совы же, напротив, чувствуют себя хорошо только к вечеру, а утром не могут разлепить глаза раньше десяти часов.

Жаворонок всегда бодр, оптимистичен, жизнелюбив, прилежен-с. Они всегда все успевают-с. Правда, они зачастую нетерпимы к совам. Если жаворонок проснулся и запел свою песенку, то бедной сове не до сна-с.

Собственно, все общество отчего-то настроено против сов. Оно на них просто давит. Большинство серьезных учреждений: банки, почта, министерства - закрываются тогда, когда сова только начинает соображать, что к чему.

А фольклор? Настоящая дискриминация. Достаточно вспомнить пословицы: "Кто рано встает - тому Бог дает", "Кто до полудня спит, тот богатство не наживет" - и так далее.

Совы - а вы, конечно же, по хронотипу сова - страдают, но ничего с собой поделать не могут. Дело в том, что в каждой клетке нашего организма работают собственные биологические часики, которые и определяют, когда положено спать, а когда бодрствовать. Совы, как правило, - люди творческие, но... Как я уже сказал, они живут в драматическом несоответствии между законами общества и законами собственного тела. Кстати, а ваша жена по хронотипу кто? Жаворонок или сова?

- Жаворонок. Когда прихожу домой по-

сле спектакля, она уже спит, а когда уходит на работу, сплю я. Так что общаемся мы, можно сказать, во сне.

- Н-да-а... Надо вам как-то помочь.

Доктор побарабанил пальцами по столу, взял за чем-то ларингологическое зеркальце, при помощи которого смотрят голосовые связки, подышал на него и протер кусочком марли.

- А покажите-ка ваше золотое горлышко. Та-а-ак-с! Связочки ровненькие, чистые. Собственно, это я так, по инерции посмотрел. Все же я фониатр, как-никак.

Он взглянул в окно на пролетавшие мимо театра машины, снова побарабанил по столу и поднял указательный палец:

- Эврика! Дабы все успевать, надо структурировать время. А поелику это так, вам необходимо сменить хронотип.

- Вы так считаете?

- Несомненно. В этом для вас ключ к гармонии.

- Но как же в таком случае быть с моей работой?. Ведь я, чего доброго, могу в третьем действии уснуть, кто же будет оперу допевать?

- Все очень просто - вам надо стать голубем.

- Голубем?

- Ах, да, я не сказал, что существует еще и промежуточный тип между совой и жаворонком. Это и есть голубь. Он поздно засыпает и рано пробуждается. Продуктивная фаза жизнедеятельности у него гораздо выше, чем у обоих основных хронотипов. К примеру, Александр Македонский, Чингиз-хан и Наполеон Бонапарт были типичными голубями. Наполеон - тот спал, по некоторым данным, всего два часа в сутки.

- Я бы не сказал, что они были такими уж голубями...

- Что? Ах, в этом смысле. Полно-с, это вопрос терминологии. Так вот, я предлагаю вам начать новую жизнь. И чем скорее, тем лучше.

План доктора по перестройке моего хронотипа был ясен и, на первый взгляд,

вполне выполним.

"Достаточно некоторого усилия воли, чтобы гармонизировать себя и внешнюю среду", - слова Карла Карловича вселяли в сердце надежду своей научно-обоснованной простотой и намеком на то, что бешеной энергии для достижения счастья не потребуется.

Я рассказал о предстоящем эксперименте жене и сразу же натолкнулся на женскую практичность, которая, увы, частенько подрезает мужчинам крылья, хотя и вовсе не желает им ничего дурного.

- Хорошо, - сказала жена, - насколько я поняла, доктор рекомендует тебе вставать несколько раньше обычного и компенсировать недостаток сна утренней пробежкой, так?

- Так.

- Прекрасно. - Она смотрела на меня, как на несмышленища, своими изюмными глазами румяного жаворонка (в нашем детстве, помнится, было такое хлебо-булочное изделие). - И в каком же виде мы будем бегать?

- То есть, как это в каком? Естественно, в спортивном костюме и кедах.

- Что? Уж не имеешь ли ты в виду свой старый костюм и кеды столетней давности?

- Почему бы и нет? Я ведь буду бегать рано утром.

- Рано, это во сколько?

- Часов в семь.

- По-твоему, это рано? Да тысячи людей уже спешат на работу в это время. Тебя просто засмеют.

- С чего ты взяла? Ну, бежит себе человек и бежит. Бегом, как говорится, от инфаркта.

- Ага, от инфаркта - к позорному столбу. Ты забыл, милый, о своей профессии. Ты ведь народный артист, кое-кто тебя и узнать может. Здороваются же с тобой в магазине.

- Они меня за Виталика Бортыкова принимают. Ах, как приятно, говорят. Мы вас вчера в "Лебедином озере" наблюдали, вы принца танцевали.

- Так это комплимент, милый. Не так уж много оперных певцов, которых по внешнему виду можно принять за солиста бале-

та. Но тебя и в самом деле в городе знают. Ну, как ты можешь бегать в таком позорном шматье! Нет, нет. Вначале надо приодеться. А уж потом можно и бегать. Первым делом - костюм. Конечно, фирменный. Та-а-а-к. "Адидас" - избито, его все бандиты носят. "Пума" - как-то женственно звучит. Есть! Тебе нужен "Найк". "Найк", а иначе, Ника - богиня победы. Одевайся, поедem в магазин. Слава Богу, время дефицита кончилось.

И мы с моей решительной и оптимистичной женой-жаворонком направились в ближайший магазин спортивной одежды.

Увы, костюма имени блистательной богини победы там не оказалось - на плечиках уныло висели только разноцветные "Адидасы" и женственные "Пумы". В следующем магазине нас тоже ожидало разочарование: "Найки" закончились позавчера, а следующую партию привезут со склада не раньше понедельника.

Мы поехали в центральный универмаг и - о радость! - еще издали, на подходе к прилавку, увидели шикарный темно-синего цвета костюм - "Найк"! - ловко сидящий на статном манекене.

Но и здесь нам не повезло: вожделенный костюм оказался синтетическим, а мне - так категорически заявила жена - подходил только натуральный. Причем непременно шерстяной - 100% new wool.

- А, может быть, и хлопок сойдет? - робко спросил я.

- Посмотри на улицу. Что ты видишь?

- Ничего. Дорогу, людей на тротуаре.

- А то, что снег падает, не видишь?

- Ну, это так... первый снежок.

- Тебе, милый, этого снежка будет достаточно, чтобы подхватить ангину. Нет, только чистая шерсть.

Но шерстяных спортивных костюмов почему-то не было в продаже в целом городе.

К счастью, балетная группа из нашего театра гастролировала в Норвегии, стране фиордов, троллей и лыжников. Я связался по мобильному телефону со своим приятелем,

тем самым, за кого меня принимали в магазинах, и попросил его разыскать дефицит - где угодно, хоть за Полярным кругом.

...Когда мы вскрыли пакет, привезенный из далекого города Тромсо, жена удовлетворенно выдохнула: "Ах! Какая прелесть!".

Костюм и впрямь был хорош - кремового цвета с алым тиснением на спине и на рукавах: NIKE.

- А теперь надо подобрать к нему хорошие кроссовки, - сказала жена. - Лучше всего "Саламандру".

На следующий день после долгих примерок и пререканий в обувном бутике мы приобрели фирменные кроссовки ЭККО - легкие, удобные и очень дорогие.

- Ты думаешь, твоя экипировка закончилась? - нежно пропел мой жаворончек.

- Ну, конечно.

- О, нет. С этим костюмом нельзя носить простое белье, пусть даже и хорошее. Только ЛАГЕРФЕЛЬД. Ты же должен быть в себе уверен.

- Я и так в себе уверен. И потом, я не собираюсь раздеваться на улице.

- А вдруг какая-то поклонница захочет раздеть тебя немедленно, что тогда?

- Шутить изволите?

- Конечно. Но в "Лагерфельд" идти придется. Заодно там же и носки купим.

Я досматривал сладкий сон, когда зазвенел, вернее, загрохотал будильник. В окно с трудом вползал синеватый свет ноябрьского утра.

Жена уже встала, и я сразу оценил достоинства её раннего пробуждения. Она заботливо довела меня до ванной, чтобы я первым делом привел себя в порядок, - нельзя же бегать по улицам неумытым. Костюм, кроссовки, белье и носки были заботливо разложены на диване - мне оставалось лишь натянуть на себя престижную одежду.

- Вот это я понимаю, - сказала жена-жаворонок, взглянув на мою экипировку. - Всё по закону цыганского табора: кто раньше встал, тот красивее всех и оделся.

- Что-нибудь не так? - робко спросил я.

- Всё так. Постой, милый, дай я тебя

причесу слегка, - она заботливо провела щеткой по моим волосам...

- Ой, а вот об этом я и не подумала! - она всплеснула руками. - У тебя же нет ничего на голову.

- Да ничего, не так уж холодно. И волосы греют.

- Не храбрись - твоя грива в данном случае не поможет... На улице всего плюс три, а у тебя через месяц премьера. Одну минуту, - она проворно и легко порхнула в спальню и через несколько секунд выпорхнула.

- Вот, надевай, - и протянула мне что-то мягкое... малиновое. - Это моя лыжная шапочка. Все-таки лучше, чем ничего.

- Но это же женская...

- На ней не написано, а вот кое-что другое - да, - она вывернула шапку наизнанку и показала лейбл. - Видишь? SATILA of Sweden. Самая крутая шведская фирма.

- Так ведь то внутри, кто оценит-то?

- Важно самосознание, дорогой. Надевай и не спорь. Так.

Она посмотрела на меня, словно художник на почти завершенное полотно.

- А теперь - с Богом. И постарайся вернуться живым.

Я открыл входную дверь и смело шагнул в неизвестность.

Нет, вначале все складывалось замечательно - двор был пуст, если не считать пары котов, которые, видимо, ещё с ночи стояли друг против друга в самурайских позах и тихо, ненавидяще выли.

Я, как и рекомендовал Соловей, сделал несколько разминочных движений - раз-два, вдох-выдох. Коты боковым зрением уловили мои пируэты и моментально отнесли их на свой счет, что дало им благородный повод разбежаться полюбовно, без травм и позора возможного поражения. Они кратко и мощно взвыли напоследок, метнулись в разных направлениях и исчезли, словно остатки прерванного сна.

Итак, я разогрелся и легкой, очень легкой трусцой выбежал на улицу. Действительно, прохожих было много. Но они

спешили по своим делам и пока не обращали на меня, в общем, никакого внимания. Напротив, я с интересом наблюдал за дрейфующими мимо меня людьми.

Вот соседка из второго подъезда, идет быстро, энергично размахивая одной рукой, а в другой у неё объемистая черная сумка. А я и не догадывался, что она так рано ходит на работу. Собственно, я о ней ничего и не знаю: "здрате-здрате" при встрече - и всё.

Раз-два-три-четыре. Вдох-выдох, вдох-выдох. Кроссовки так волшебным образом пружинят, кажется, это не спортивная обувь, а сапоги-скороходы. Костюм же этот... нет слов... просто-таки... НАЙК, настолько удобен, что прирастает к коже и я делаюсь его частью.

Вот две девушки, явно студентки. Наверное, у них сегодня зачёт по какой-нибудь теоретической механике - в противном случае они бы, наверняка, отметили мою дефицитную элегантность. Нет, не отметили. Тем не менее, я подтянул живот и перешел на вторую скорость, пробегая мимо них. Лицо я сделал, по возможности, равнодушным и даже непроницаемым, как и подобает человеку, уставшему от назойливости этих... как их... которые просят расписаться на программках.

Пролетели несколько машин, обдав меня свежепереработанным бензином. Мне это не понравилось - отчего-то стало тяжелее дышать.

"Через нос, через нос, ровнее, так", - послышался откуда-то из памяти голос доктора.

Впереди по курсу маячил голыми ветвями сквер, куда мои дочери обыкновенно ходят гулять со своей старшей группой детского сада №15. Но для детсадовских прогулок было ещё рано, и я - без страха повстречаться с так волновавшей моё родительское сердце воспитательницей Розой Каримовной - направился туда, за листую чугунную ограду. Здесь воздух был явно чище. Я немножко сбавил темп, чтобы не устать преждевременно. Вот я миновал детскую площадку, где в мокрой после ночного дождя песочнице спали совок и

железная формочка для куличиков.

Раз-два, раз-два, вдох-выдох, вдох-выдох. Бежим с наслаждением, чувствуя, как тело молодеет, раз-два, раз-два, вдох-выдох, вдох.... А где же выдох? Уф! Надо сделать передышку. Так, несколько расслабляющих: руки вверх через голову, вниз, опустили. Еще раз руки вверх-вниз, вверх...

- Эй, мужик, дай закурить!

Прямо передо мной стоял бомж. Я с изумлением отметил, что на нем тоже спортивный костюм НАЙК, только вот цвет угадать было трудновато.

- Не курю, - я хотел сказать это твердо, но после пробежки мой стальной баритон неожиданно прозвучал, как подростковый полупетушинный алыг.

- А чего ж тебе тогда дома не сидится? - удивленно сказал бомж, сделал пальцы верером, очевидно, для солидности и подошел ближе.

Я твердо - только так! - взглянул ему в глаза. Они были мутные и счастливые... Сигареты не хватало ему для полного блаженства.

Мне, наконец, удалось выдохнуть. Но, находясь в непосредственной близости от моего визави, я почувствовал, что вдохнуть не смогу, а если и смогу, то это будет последний вдох в моей жизни.

Тогда, задержав дыхание, я попытался обойти бомжа сперва слева, потом справа. Но он делал точно такие же встречные ходы, очевидно, оттого, что тоже носил костюм фирмы НАЙК, хотя и несколько иного оттенка. Мы никак не могли разминуться на узкой тропинке, усеянной алыми кленовыми листьями. Влево-влево, вправо-вправо...

"Может, врезать ему?" - мелькнула совершенно несвойственная мне мысль.

- Ты чего, ты чего, мужик? - испугался бомж, словно угадав мое намерение. - Я же только закурить, заку... - и он зашелся в приступе сухого кашля.

"Туберкулёз!" - пронеслось в голове.

"Не дышите!" - крикнул откуда-то издалека Соловей.

Я рванулся и обогнул-таки согнувшегося в кашле бомжа.

Листья скользили под ногами, несмотря на спецподошву спецкроссовок, ветер посвистывал в ушах, в боку закололо. Но я все-таки профессиональный певец: с чем-с чем, а с дыханием управляться умею.

Я бежал, как плыл. Последние листья осени изредка слетали вниз, словно китайский желтолицый десант. Откуда-то доносился горький запах дыма, шум города таял по мере того, как я углублялся в голые дебри сквера, в паутину его тропинок и скрещение ветвей.

Раз-два-три-четыре, вдох-выдох. Никогда бы не подумал, что в нашем районе такая пропасть собак. Интересно, собаки тоже делятся на сов и жаворонков? Ночью гуляют, утром, оказывается, тоже. Бедные хозяева, когда же они спят? Раз-два-три-четыре. Вдох-выдох...

"Под ноги смотри, а то вляпаешься, знаю я тебя", - прощелбетал голос жены за ухом.

Я выбежал на широкую асфальтовую дорожку. И здесь я был не один - за спиной послышался мягкий топот и горячее дыхание. Оглянуться не успел - рядом выросли две могучие тени и...

Вам приходилось стоять у железной дороги и пережидать, когда пройдет скорый поезд? Ну, конечно. Удар ветра, дрожь, жар, свист, мелькание... Что-то похожее. Одна из теней была явно женской - на краткое мгновение сбоку возник нежный девичий профиль.

Я не пытался прибавлять - зачем? Вот вы ко мне на "Трубадур" придите, тогда посмотрим, кто кого.

Еще дважды мне встретились бегуны, но я старался на них не смотреть. Что толку? Мое спортивное снаряжение, наверняка, лучше.

Через некоторое время мне и впрямь задышалось легко, в пальцах запульсировала кровь, просветлело сознание, и мир просветлел тоже. Я понял, что наступает день, а также и то, что пора возвращаться домой. Я перешел на спортивную энергичную ходьбу и повернул к выходу.

Бомж сидел на лавочке неподалеку от того места, где мы никак не могли с ним

разминуться. Сидел он вполне вальяжно, в зубах у него дымилась сигарета - видимо, все же удалось стрельнуть у прохожего. Я прошел мимо него как ни в чем не бывало.

- Простите, - влетел мне в спину тонкий интеллигентный голос, - где-то я вас видел, не припомните? Вы, случаем, не в балете пляшете?

- О, - сказала жена, отворяя дверь, - да ты просто огурчик.

- Нет, - серьезно сказал я, - для первого раза это, пожалуй, многовато. Сколько я бегал?

Жена посмотрела на часы:

- Шесть с половиной минут.

- Не может быть. У тебя, наверное, часы отстают.

- У меня ничего не отстаёт - я убегаю в институт. Кофе я сварила твой любимый - ЛАВАЦЦА, полотенце приготовила. В общем, ты молодец. Так держать.

И она поцеловала меня и убежала в свой институт учить студентов.

Ободренный её похвалой, я пошел в ванную и залез под душ. Горячий-холодный, горячий-холодный. Пауза. Энергичное растирание жесткой рукавицей. Всё, как предписывал доктор. Горячий-холодный, горячий-холодный. Заканчиваем горячим. Полотенце пушистое, большое. Так. Растираемся. Блеск. Мне двадцать лет. А, может быть, и меньше.

М-м-м-м! Какой ароматный кофе она приготовила! Пожалуй, раньше она такого не делала. Всё ясно - теперь она готовит не просто для мужа, но для существа одной с ней породы.

Как поется в старой песне:

*"Мы на фабрику вдвоем
утром рядышком идем -
то ли, может, он со мною,
то ли, может, я при нем..."*

Может, может. Мы всё теперь сможем. И книги читать, и гулять, и в кино вместе ходить, и детей уму-разуму учить. Прекрасный кофе. Прекрасный.

Но что же делать? До репетиции мне еще далеко - целых три часа. Дети уже в детском саду - их с вечера забирает бабушка, чтобы отвести туда утром. Так-так. Читать что-то с утра не хочется. Надо подумать, что бы такое сделать, энергия-то просто распирает. Ай да Соловей! Придется ему подарок сделать. Какой? Подумать надо, подумать.

Тут я вспомнил почему-то про римлян, древних. Или греков? Неважно. Словом, они, размышляя или же беседуя с друзьями, имели манеру возлежать на ложах, тем самым отвлекая себя от телесного чрезмерного напряжения и облегчая работу мысли. Идея! О том, какой подарок сделать доктору, толкнувшему меня на путь новой жизни, я подумаю на ложе. В данном случае супружеском. Вот только кофе допью. Ох, хорош. Правда, крепковат немного. Ну, да ничего. Зато бодрит.

Я допил кофе, одел свой любимый бархатный халат и пошел в спальню - думать. Тело было наполнено какой-то непривычной силой. Я лег на постель, потянулся, ощущая каждую мышцу тела, как бывало в юности. Я пожалел, что жены нет рядом...

День за окном светлел и разгорался. Я еще раз хорошо потянулся, откинул голову на подушку, подумал о том, не подарить ли доктору свой новый диск или все же лучше бутылку хорошего виски?.. ДЖЕК ДЭНИЕЛС № 7 или ГЛЕНЛИВЕТ? Соловья баснями не кормят... А чем кормят?.. Надо подумать... И я закрыл глаза и уснул так моментально и счастливо, как засыпают только в детстве.

Великий магистр молчания Ессе

Имя этого человека знают десятки миллионов людей в разных странах. В годы перестройки в СССР он бы популярнее, чем Горбачев, Ельцин и Жириновский вместе взятые.

Экстрасенс, целитель, парапсихолог, ясновидец - он не подходил под узкие мерки определений, оставаясь просто самим собой.

Его телепрограммы заставляли домохозяйек забывать о том, что пирог в духовке подгорает, а их мужей отрывали от чтения любимой газеты "Хоккей-футбол".

Парадоксальным было то, что говорил он немного, да и то, в основном, отвечая на вопросы журналистов. Сутью его воздействия - было молчание. Его так и называют подчас Великий Магистр Молчания.

Невероятно, но факт - миллионы телезрителей, затаив дыхание, прислушивались к молчанию светловолосого красивого человека в роговых очках. Над страной повисала тишина, и каждый мог заглянуть внутрь себя и спросить: кто ты? зачем пришел в этот мир? Маг молчал, но было видно, что это не простая отрешенность.

Может быть, это молчание было целебным оттого, что люди устали от тотального вранья?

Около телеэкранов стояли баночки с кремами и бутылки с водой. После сеансов обычные кремы становились эффективней, чем супердорогие лечебные, а вода из-под крана избавляла от болезней суставов, почек, сердца, успокаивала нервы и снимала бессонницу и усталость. Люди рассказывали взахлеб, как после встречи с Чумаком на экране седые волосы чернеют, хронические недуги отступают, лицо молодеет. Словом - чудо.

К чуду относились как к чему-то долгожданному - в стране наступило время чудесных перемен. Казалось, вот-вот все поймут, как надо жить, вот-вот поймают за хвост птицу счастья. Но с приходом рынка пришли и новые правила игры. Телевидение стало коммерческим. Аллан Чумак постепенно ушел с телевизионных экранов "в люди", разъезжая по всему миру с лекциями.

Мне посчастливилось с ним встретиться. Я участвовал в концертном исполнении оперы "Евгений Онегин" в Вене. Вечер состоялся в Российском культурном центре на площади Брамса. Публика сидела почти

вплотную к выступающим. Когда я вышел и запел привычное "Вы мне писали, не отпирайтесь...", взгляд невольно выделил из многих лиц слушателей одно. Спутать его с каким-то другим было просто невозможно. А потом был банкет. Мы стояли у стола с закусками, пили водку, вспоминали общих знакомых, говорили о том, как красива Вена, сравнивали ее с Москвой, я приглашал Аллана приехать в Прагу - самый красивый город мира. Словом, легкий светский разговор - в моем собеседнике не было ничего от гуру, мрачного жреца или таинственного волхва.

Доброжелательное лицо, улыбчивые глаза. Аллан рассказывал о том, как впервые открыл у себя дар целительства в возрасте сорока лет, о том, как тяжело было пробиваться через рогатки цензуры и официальной медицины, о том, как к нему тайком обращались за помощью люди, обязанные обличать экстрасенсов.

- Я часто вспоминаю слова Ньютона, - сказал Аллан, - о том, что великий физик ощущал себя ребенком, играющим камешками на берегу, меж тем, как океан непознанного простирается перед ним.

- Мы - дети, да, да, именно дети перед лицом необъятного, загадочного океана. А хотите - я сделаю эту водку более мягкой? - неожиданно спросил он меня.

- Более мягкой?

- Ну, да. Это "Смирновская", сорокаградусная. Я попробую сделать ее послабее.

Он умолк и погрузился на несколько секунд в себя, а, может, в тот незримый океан, откуда черпал свою силу.

- Попробуйте теперь, смелее, сделайте хороший глоток.

Ощущение было таким, словно водку разбавили минеральной водой без газа.

- Поразительно, - сказал я, - как вам это удастся?

- Поверьте, сам не знаю, - улыбнулся Аллан. - Нет, кое о чем я, конечно, догадываюсь, но объяснить на обычном языке, пожалуй, не смогу.

- Ну, а сделать водку крепче вы можете? - полюбопытствовал я.

- Не пробовал, - ответил Маг, - но ведь

слишком крепкая водка вредна для здоровья. Зачем же ее изменять в эту сторону?

К нам подошел приятель, у которого я остановился в Вене.

- Аллан Владимирович, у меня к вам большая просьба. У моего маленького сына - ему три года - паховая грыжа. Посоветуйте, пожалуйста, посылать его на операцию или нет.

Чумак думал одну-две секунды и тут же спокойно ответил:

- Нет, сейчас этого делать не следует. В крайнем случае, года через два. Не волнуйтесь, все будет нормально.

Когда мой приятель, несколько успокоенный, отошел, Аллан сказал:

- К сожалению, у вашего друга проблема другого рода - он потерял сам себя. Видимо, жизнь полуэмигранта не для него, нет какой-то внутренней точки опоры.

Я был поражен тем, как молниеносно и верно Чумак понял психологическое состояние моего приятеля, с которым виделся не больше одной минуты.

Общаться с Алланом было удивительно легко и приятно, после вечеринки мы направились в ближайшее венское кафе и просидели там часа два, беседуя и отдавая дань "Божоле" урожая 1992 года.

Спал я в ту ночь крепко, без сновидений, а проснулся от стука в мою дверь. Мой друг Илмар стоял на пороге радостно-растерянный.

- У Артура исчезла грыжа! - казалось, он не верил тому, что обнаружилось столь внезапно.

Это оказалось правдой. Доктор, наблюдавший мальчика, после осмотра развел руками и пробурчал, что с таким случаем встречается впервые, но радоваться рано и надо еще подождать, как бы чего не вышло. С тех пор прошло 8 лет. Друг мой вернулся на родину. А сын его вполне здоров.

Чумак, узнав о случившемся, улыбнулся и сказал:

- Я же говорил - операция не нужна.

Он отнесся к этому случаю излечения как к чему-то вполне нормальному - видимо, оттого, что таких случаев в его практике были

тысячи. Но на моего друга, его жену и меня это подействовало просто оглушающе.

Я попытался было расспросить Чумака, как он лечит, не прибегая ни к каким внешним действиям, но он уклонился от ответа, заметив лишь, что он не лечит, а - помогает вылечиться.

- Представь себе, - говорил он, - человека, идущего по натянутой проволоке с балансиром в руках. Для того, чтобы не упасть, необходимо поддерживать равновесие. Достаточно небольшого отклонения от него - и можно полететь вниз. Но также бывает достаточно небольшой поддержки, вернее, корректировки, чтобы равновесие восстановилось. Я всего лишь корректирую, человек движется сам. Я не лечу - помогаю.

Каким образом осуществляется эта помощь, Аллан не рассказывал.

Может быть, не хотел, а может быть, и сам не вполне осознавал. Мне лично это напоминало фразу одного знаменитого физика - академика Тамма - о том, что он, занимаясь наукой полвека, так и не понял, что же такое электричество.

Случилось так, что через год после нашей первой встречи с Чумаком и мне пришлось просить Мага о помощи.

Матери моего свояка, недомогающей довольно давно, врачи поставили страшный диагноз - саркома. Срок жизни, отпущенной ей, по их словам, был не более 2-3-х месяцев. Я приехал из Праги в Москву и позвонил Чумаку, едва сойдя с поезда.

- У тебя голос очень напряженный - видимо, ты устал, - сказал Аллан.

- Может быть, - согласился я, - но дело не во мне, а, видишь ли, в том, что... - и тут я поведал ему о печальной ситуации с моей родственницей.

- Пожалуйста, Аллан, помоги. Я понимаю, что лечить рак, наверно, сложно, но...

- А кто тебе сказал, что я лечу рак? Сам бы я никогда не взял на себя такую смелость. Пойми, я вообще не лечу - я помогаю людям излечиться, а это не одно и то же. Но - подожди.

Молчание длилось примерно минуту. Я

слышал только легкое потрескивание в трубке да еле слышное дыхание. А, может быть, и дыхание мне мерещилось, но было ощущение, что там, на другом конце провода, что-то происходит.

Нет, вот теперь он вздохнул - облегченно.

- Не волнуйся - все будет нормально, - сказал Аллан.

- А ей не надо приезжать в Москву? - спросил я.

- Ко мне - нет, я же сказал: все в порядке.

Разговор переключился на другое, мы договорились встретиться в Праге, как только у Аллана окажется свободное время, чтобы приехать.

Разговор этот состоялся весной 1993 года. Родственница моя жива и здорова - прогнозы врачей оказались преждевременными.

Интересно, что сама она очень ясно помнит, как произошел перелом в ее состоянии. Случилось это вскоре после нашего с Алланом разговора по телефону.

- Я стояла у окна и смотрела на улицу, на воробьев, прыгавших под окнами, на лужи, на ручьи и думала, что таю, как почерневший сугроб у дороги. И вдруг во мне что-то такое лопнуло, ну как вроде пузырь рыбий под ножом щелкнул. Ни боли, ни страха я не почувствовала. Правда, в туалет захотелось. Целый час я там, извините, пробыла. А потом озноб затряс, но как только в постель легла - прошло. Спала долго, крепко, а как проснулась да есть захотела, пошла - поправилась я. Так оно и вышло.

- А что врачи сказали, которые диагноз вам ставили? - спрашивали ее.

- Чего не знаю - того не знаю: я к ним с тех пор не показывалась.

Этим двум случаям, которые можно назвать чудесными исцелениями, паранормальными явлениями, я был свидетелем сам. Тысячи людей в России, Европе и Америке, наверняка, могут рассказать о тысячах случаев, когда Мастер помог им.

А ещё через несколько лет мы встретились в Праге. Чумак приехал сюда по приглашению Lion's клуба. Члены этой международной организации люди, как правило, из-

вестные и состоятельные. Но проблемы со здоровьем есть, судя по знаменитому телесериалу, и у богатых. Словом, они приходили к Аллану на прием, чтобы тот помог им разобраться с самими собой - то ли с печенью, то ли с сердцем, то ли с нервами, то ли с фобиями. И Чумак помогал. Я говорю не с чужих слов, поскольку был при этом его переводчиком. Иногда он быстро выдавал диагноз, иногда затруднялся определить его сразу, рассуждал о каких-то, казалось бы, посторонних вещах, не имеющих отношения к целительству. Например, о порядочности пациента или о его бизнесе. Человеку с диагностированным циррозом он заявлял, что это - пустяки, а подумать стоит о смене образа жизни. Кого-то усаживал напротив себя и, по своему обыкновению, долго вдохновенно молчал. С кем-то прощался буквально через минуту после знакомства.

Большинство людей склонно услышать от лечащего то, что они сами о себе думают. Вот в этом смысле Чумак не был комплиментарен и говорил то, что он ВИДИТ. Он уехал из Праги, не дожидаясь результатов своей работы. Но я могу подтвердить, что его действия - если молчание можно назвать действием - имели последствия. Кто-то бросил курить, кто-то завязал с алкоголем, кто-то перестал бояться заходить в лифт, кто-то стал нормально спать. А кто-то разорился - как и предсказывал мастер. Не буду утверждать, что его определения носили характер стопроцентного попадания в цель. Нет, он оказывался прав процентов на восемьдесят. Но ведь даже рентгеновский аппарат иногда ошибается. Кстати, ему тогда в Праге предложили лечить первую супругу первого президента Чехии. Он почти мгновенно ответил отказом: "Слишком поздно, здесь я бессилён". Через несколько дней после его отъезда её не стало.

Сам он относится к своей славе весьма спокойно, оставаясь милым, обаятельным человеком и Магом, для которого главным компасом в жизни является не столько сила, что ему доступна, сколько Доброта, с которой он никогда не расстаётся.



Галина Свинцова

*Член Союза русскоязычных писателей
в Чешской Республике.*

Несерьёзный роман (фрагмент)

Глава «Мигрень»

Вместе с бальзаковским возрастом в мою жизнь вкрадчиво вползло старомодное понятие - мигрень.

Жизнь останавливается в доме, когда я подвергаюсь ее нападениям. В комнате задергиваются шторы, на глазах у меня черная бархатная повязка, молчит телевизор, и все говорят шепотом... Нестерпимая боль заставляет сползть с кровати, и я, заливаясь слезами, пытаюсь избавиться от мучений, бессмысленно заталкивая голову под кровать или в шифоньер... Меня приводят в бессознательное состояние снотворными уколами. Но, когда я просыпаюсь, - всё начинается сначала. И так - несколько дней!

Некоторые особенно сердобольные знакомые всюду выискивают разные сведения о мигрени, чтобы найти панацею и помочь мне.

Я перепробовала десятки всевозможных способов борьбы с этой пыткой: от привязанных к голове капустных листьев и шоковой терапии в виде стакана коньяка до магнитных клипсов и бесконтактного массажа по методу Джуны. Кто-то говорил о том, что Тургенев при мигрени окунал полотенце в кипяток, а потом надевал его, как чалму. Мне - не помогало. Наверное, потому что я не из дворянского гнезда. Кто-то приносил новость - надо научиться дышать по системе йогов. Научилась - не подействовало. Чувствовала себя подопытным кроликом, но терпеливо сносила все издевательства медиков и сочувствующих.

Как-то раз за несколько часов до наступления Нового года, который мы должны были отмечать в веселой шумной компании, я ощутила приближение неминуемого...

Встреча Нового года срывалась. И не только для меня, но и для Феи, который, конечно, не был фанатом праздников, по-

сколько привык проводить их на сцене, но на сей раз - в кои-то веки! - был свободен, и сиднем сидеть возле постели плачущей жены ему не улыбалось.

Когда в отчаянии он перерывал всю нашу аптечку в тщетных поисках средства (снотворное не подходило, нужно было привести меня в чувство, не лишая сознания), неожиданно наткнулся на старую ампулу промедола. Идея осенила его мгновенно: перед промедолом не должна устоять никакая боль! Недолго думая, он принялся уговаривать меня на эксперимент. На сопротивление я уже была не способна.

Смелость принесла свои плоды. Боль растаяла, я полетела куда-то навстречу теплому синему небу, мимо плыли сияющие звезды, подо мной ковром зеленела трава - и больше ничего не существовало... Таких ярких красок нет в природе, и это стоило увидеть! Меня о чем-то спрашивали, я через силу отвечала, но мне хотелось остаться там - в счастливом одиночестве... Увы! Через два часа мигрень благополучно вернулась и неотступно сопровождала меня всю новогоднюю ночь.

Утешением отчасти служило распространенное мнение: мигрень - привилегия красивых женщин, начиная с Клеопатры. Что до мужчин, то они просто толпой ломались в этот список: Шекспир, Мопассан, Хемингуэй, Евтушенко... "Мы, гении, страдаем мигренями".

Друзья беззлобно подтрунивали надо мной, цитируя фразу из "Летучей мыши" про "мою мигр-р-рэн", и я чувствовала себя старой барыней на вате, изнеженной аристократкой.

Однако приговор врачей был неутешителен: патогенез не установлен, а значит - лечить, собственно, нечего.

Я уже почти смирилась с тем, что раз в месяц мне суждено терпеть эту пытку - надо же платить за привилегии. Но одно обстоятельство снова заставило меня начать поиски выхода из плачевной ситуации.

В очередной раз чувствуя роковое приближение - оно застало меня на работе - я

начала рыться в сумочке, вечно набитой всякими бесполезными обезболивающими. Глотнув, не глядя, какой-то анальгетик, я едва не отправилась на тот свет...

Трое суток в больнице, куда меня доставила "скорая", провела между небом и землей. Диагноз, на первый взгляд, невинный: аллергия. Но его зловещий вариант - анафилактический шок - это уже что-то почти потустороннее.

По палате с видом туристов бродила группа студентов-медиков, сопровождаемая гидом-врачом, повествующим о местных достопримечательностях - несчастных больных, распростершихся на постелях. Когда любопытствующие подошли ко мне (я лежала почти бездыханная с закрытыми глазами) врач мимоходом отметила, что эта больная не по их теме, добавив однако, что когда они начнут изучать аллергию, больной уже не будет.

...Не знаю, откуда у меня взялись силы, чтобы открыть глаза и посмотреть с неммым укором в лицо этой пифии. Она смутилась и поправилась:

- ...Ну, в смысле, ее выпишут...

Только тут до меня дошло, что плохи дела. Я никогда не жаловалась на недостаток воображения и посему, живо представив себе спившегося (вот уж фиг!) мужа и несчастного заброшенного ребенка, дала себе слово выкарабкаться во что бы то ни стало.

После этого наступил кризис.

Ночью, напившись воды, я вынужденно отправилась исследовать больничные коридоры. Было темно, выключатель нигде не прощупывался. Из высоких старинных окон лился мертвенный свет луны.

Когда отошла от палаты на порядочное расстояние, неожиданно впереди себя увидела высоченную фигуру в черном. Хичкоковский ужас охватил меня. Вернуться назад было невозможно - слишком далеко - и я, обмирая от страха, ринулась навстречу видению. Подойдя ближе, разглядела какого-то придурка в черной пижаме, который стоял на весах и невозможно взвешивался в темноте, слабо освещенной.

щенный луной из окна. Мне захотелось убить этого лунатика. И тут я поняла, что выздоравливаю.

В эту ночь я решила продолжать борьбу с мигренью.

Глава "Гипнотизер"

Наконец, мама принесла обнадеживающую весть о психотерапевте-гипнотизере, который помогает в самых безвыходных случаях.

Через несколько дней я уже сидела в кресле в просторном строгом кабинете, а напротив меня в белом халате расположился стройный седовласый врач с пристальными светлыми глазами и немецкой фамилией. Всё это невольно внушало доверие.

Беседа длилась не меньше часа. Он терпеливо и спокойно выслушивал меня и задавал все новые и новые наводящие вопросы, подчас интимного свойства.

Атмосфера доброжелательности, царившая в кабинете, провоцировала меня на откровенность. Да и вообще, если я прихожу за помощью к врачу, стараюсь ему верить и помогаю, как могу, в поисках истины.

- Всё понятно, - констатировал он. - Вы жена-мать. Слишком близко принимаете к сердцу всё, что происходит в жизни вашего мужа. Вы мучаете себя и мучаете его. Общаясь, начинаете реально переживать проблемы мужа и этим усиливаете свою подавленность.

- Что делать! Жена певца - это диагноз! - вздыхаю я.

Оценив мой неуклюжий юмор, он улыбается и продолжает:

- Понимаете, муж должен видеть дома веселую, неунывающую жену, которая утлит его печали, а не примет на свои плечи непосильный груз и его забот. Я это знаю по себе.

Я согласно киваю.

- Мы, конечно, будем вас лечить. Это будут и сеансы гипноза, и инъекции нового итальянского средства. Но мы не сможем помочь, если вы сами не поможете себе. Вы и, в первую очередь, вы. Нужно отгоро-

диться от его проблем. Отвлекаться...

...Как назло, не к месту завертелась в голове цитата из мюзикла "Донна Люция":

"Отвлечь и развлечь тетушку!.."

Я невольно усмехнулась.

- ...Нет, я не предлагаю вам вышивать крестиком или заниматься аэробикой. Что само по себе тоже было бы неплохо... Я предлагаю клин вышибать клином. Попробуйте влюбиться.

Он поднял на меня глаза и одновременно протестующе поднял руку:

- Не возражайте. Я знаю, что вы любите своего мужа. Даже чересчур... - тут пришла его очередь усмехнуться. - И все же при желании это возможно. Попробуйте влюбиться. Попробуйте, наконец, завести роман. Даже если вам не удастся влюбиться - только не уверяйте меня, что лучше вашего мужа нет! - встряхнитесь, почувствуйте себя свободной от семейных оков.

Вы - довольно рациональная личность, но очень эмоциональная и любящая жена. Поэтому такой поступок не разрушит семью, а всего лишь поможет избавиться от проблем, живущих в подсознании. Представьте, вы станете такой жизнерадостной, такой упоенной жизнью, что снимете с плеч мужа давящий его груз неосознанной вины перед вами.

И ему - поверьте! - ему тоже станет легче. Да и с мигренью вы, возможно, распрощаетесь, - с некоторым сомнением добавил он. - Подумайте над моим советом. А сейчас - на сеанс гипноза!..

Это была шокотерапия. Лежа на кушетке в темной комнате среди таких же бедолаг, я слушала мерно журчащую речь - но отключиться не было сил. Пришлось делать вид, что сплю. (Как когда-то в детском саду во время тихого часа). На самом деле я не могла побороть волнение от неожиданного предложения. Всё протестовало во мне - и душа, и тело.

Боже мой, я же не только не изменяла мужу, я даже не целовалась ни с кем с тех пор, как вышла замуж! Вот дурочка-то! Лихорадочно перебирала в памяти моменты, когда могла бы... но не стала.

Вспомнила Воронеж, куда я приехала в прошлом году на ФПК. Ласковый фруктовый сентябрь, гостиница в центре города, увлекательные лекции в университете. Лекции читали всё мужчины - и какие! - умные, щеголяющие эрудицией. Чего стоил один только черноглазый Малагин в черном же свитере и светлом буклированном пиджаке...

Когда он разбирал "Песню про купца Калашникова" - казалось бы, всем известную со школьной скамьи! - глаза его так полыхали, улыбка была такой многозначительной, а слова были столь проникновенны, что молодые педагоги слушали с замиранием сердца:

И ласкал он меня, целовал меня;
На щеках моих и теперь горят,
Живым пламенем разливаются
Поцалуи его окаянные...

Почему-то "достали" именно эти ПОЦАЛУИ.

С тех пор я не назову более эротического произведения, чем "Песня про купца Калашникова"...

Когда Малагин на прощальном вечере пригласил меня танцевать (а был доцент слегка под шофе) я не делала ничего предосудительного - просто позволила обнять себя за талию. Изучение Лермонтова ни доценту, ни мне, по-видимому, не прошло даром. Но на предложение выйти с ним в коридор ответила мягким отказом. Был удивлен, даже раздосадован. Как, впрочем, и моя сокурсница из легендарного города невест, охмурявшая его явно и на глазах у всех.

А застегнутый на все пуговицы чистенький белокурый инструктор обкома Саша, с которым я познакомилась в экскурсионном автобусе, тоже ведь напрасно протанцевал со мной целый вечер на дне рождения друга, не сорвав даже мимолетного поцелуя.

Не могу сказать, что получала удовольствие от своей несговорчивости... Но поступить по-другому не могла. Мне это казалось предательством. Глупый максима-

лизм. И ведь не предполагала наличия такого же монашества со стороны мужа! Нет. Но моей совести это уже не касалось.

А сейчас, обдумывая слова врача, невольно заподозрила и его на пиковом интересе. Возможно, что-то в этом было. Я же заметила, как он на меня взглядывал. Оценивающе. И одобрительно. Но плохо думать о нем не хотелось.

Хотя... конечно, если разобраться... эти психотерапевты... психиатры... Везде-то они видят комплексы и ад подсознания. Так можно закопать на всю жизнь и вполне здорового. Мало ли тому примеров!

Еще школьницей я дружила с Сенькой Долговым, который, несмотря на юный возраст, слыл главным эстетом школы. Меня он считал очень утонченной и в дефицитные советские времена изумлял изысканными подарками: то это были надушенные черные перчатки, то бледно-лимонная шелковая английская роза - на темное платье.

Ему всегда хотелось произвести на меня впечатление высоким интеллектом. Однажды он с гордостью вручил мне свой литературный труд, написанный, как тогда мне показалось, вымученно высокопарным языком.

Мама, которой я дала его почитать, не нашла ничего лучшего, как принести его в свою поликлинику - психиатру. Тот безапелляционно диагностировал: шизофрения.

Вскоре я наткнулась на этот текст, листовая книга Шкловского о Тынянове. Мальчик был разоблачен. Но не разоблачен ли и врач? А, может, все-таки писатель?..

...Одним словом, штормило меня на этой кушетке изрядно. Кончился сеанс гипноза, и я решила окончательно и бесповоротно: придется жить с мигренью.

А что касается Шкловского, то теперь мне кажется, что писал он блестяще:

"Заря была такая, как будто она продолжится всю жизнь..."



Наталья Волкова

За год со времени выпуска первого номера "Графомана" - выпустила в Праге две книги стихов. "Книга первая" - крошечный сборник прощания с собственным прошлым, с детством, с первой любовью, книга для себя и для близких друзей. Вторая книга - "Перед свиданием", вышла в серии "Библиотека русской традиции". Некоторые стихи из нее были опубликованы в предыдущем альманахе. Это издание обращено, по возможности, к более широкой публике. В течение 2004 года регулярно печаталась в журнале "Русское слово", в основном с обзорами современной русской литературы. В данное время работает над диссертацией о явлениях, возникающих при взаимодействии массовой и элитарной культуры на примере опять-таки современной русской литературы.

Hasta la vista, baby.

Когда мы с Романом около часу ночи наконец-то улеглись спать, я вдруг почувствовала, что из меня что-то течет. Это привело меня в некоторое замешательство. Роды должны были быть через неделю, и я почему-то не верила, что они начнутся раньше. Может быть, потому, что все вокруг перенашивали по неделе и две. Потом, кто тут разберет, воды это отходят или не воды. А еще есть "пробка" - та, говорят, может выйти и за несколько дней до родов. Хорошо тем, кто рождает в третий раз - богатый опыт, а что делать мне в моем полном неведении? В любом случае на курсах нас учили, что даже если отошли воды, но они не кровавые, не зеленые, не пахнут и вообще ничем примечательным не выделяются, то торопиться некуда. Я сначала поделилась с мужем своими опасениями, а потом предложила ему все-таки попробовать поспать. Сама же начала-таки собирать вещи - на всякий случай.

Потом попробовала уснуть, поставив будильник на пять утра. Уснуть не очень удавалось, потому что текло что-то постоянно, к тому же начались... схватки? Схватки - ведь это должно быть очень больно? Даже невыносимо? А тут как-то непонятно, и вроде совсем не больно. В пять утра, разбудив Рому, я стала думать, звонить ли родителям. Наконец, позвонила, потому что знала - в отличие от нас, они и так в это время, скорее всего, не спят. Родители приехали через полчаса, и мы все четверо вдруг поняли, что пора придумывать имя. А то будет поздно. В чешских роддомах имя просят сразу. Точнее два - мужское и женское, несмотря на любые предварительные определения пола ребенка ультразвуком. Муж так и не смирился с Александром, хотя мне имя очень нравилось. Мама категорически восстала против Давида с тем, что все Додики рыжие и жуткие. Несмотря на то, что рыжими нам быть вроде не в кого, имя было отринуто. Отец вчистую отказался от Яна-Гонзика. Вдруг кто-то откуда-то вынес на свет имя Мартин, о котором раньше никто ни секунды не думал. Филиппа приняли как вариант, хоть и не окончательный, и решили дальше отъезд не откладывать.

В Чехии в этом году начался бум рождаемости. Появилось такое количество де-

тей и беременных женщин, какого я тут отродясь не видела. Больницы перестали справляться с потоком рожениц. Все чаще доносились известия, что кто-то приехал в роддом, где собирался рожать и всю беременность ходил на консультации, а его (конечно, точнее - ее) послали куда-нибудь совсем на другой конец города - по недостатку мест. Становилось немного страшно. А вдруг тоже куда пошлют, и рожай потом в машине, как это часто показывают в кино. Успокаивала только мысль, что в жизни редко случается то, что показывают в фильмах.

Утро было раннее, больших пробок не было, до больницы добрались быстро и благополучно, но тут-то и начались проблемы. Впрочем, совсем не те, которых я ожидала. Мне никак не хотели поверить, что воды уже действительно отошли. Что-то щупали внутри, делали анализы жидкости на прокладках - никаких результатов. При этом монитор уже показывал регулярные схватки, да и сама я стала больше верить в то, что это действительно схватки, поскольку они стали достаточно болезненными. Впрочем - терпимо. Тогда приняли "крайние меры": меня послали на ультразвук, чтобы хоть так выяснить, сколько осталось воды, и, соответственно, решить, принимать им меня или не принимать. Просидев около часа в очереди на ультразвук (поскольку я, естественно, не была на него заранее записана, вперед пропускали тех, кто записан был) и уже немного корчась от боли каждые три минуты, я, наконец-то, получила подтверждение, что роды, действительно, начались и меня согласились принять и зарегистрировать.

Тут-то мне и было предложено отправить домой родителей и мужа с тем, что пока им здесь все равно нечего делать, что даже если муж хочет присутствовать на родах, то до них еще далеко и вообще, может быть, мне придется провести здесь ночь, поскольку роды будут, может, сегодня, а может, и завтра. Домой меня уже никто не отпустит, но подождать придется. Потом началось длительное и монотонное заполнение различных бумажек. Два или больше раз подряд мне задавали одни и те же вопросы: имя, фамилия, гражданство, анамнез, протекание беременности. Почему эти вопросы нельзя было задать один раз и по-

том навсегда успокоиться, до меня так и не дошло. То есть, я, конечно, поняла, что один раз их задавала медсестра, занимающаяся рожаящими, второй - занимающаяся детьми и так далее. Но почему нельзя было просто скопировать данные, все равно заносившиеся в компьютер, - осталось для меня загадкой, которую мне в тот момент уже не интересно было разгадывать. Так же уже не хотелось еще раз обдумывать вопрос с именем. Я назвала Мартина и Лидию. Тут распросы наконец-то прекратились.

Меня поместили в какой-то бокс с высокой гинекологической "кушеткой", на которую надо было залезать по подставке, мячом, кучей каких-то аппаратов и практически полным отсутствием свободного пространства. Схватки становились все чаще и нестерпимее. На курсах, насколько я помню, основное время подготовки партнера посвящали именно тому, как облегчить состояние жены во время схваток. Вот именно в это-то время Романа со мной и не было. А меня по-прежнему пытались уверить, что рожать придется, может быть, и завтра.

Когда меня укладывали на кушетку и подключали монитор - снимать сердечную деятельность плода и схватки - было тяжелее всего эти самые схватки переносить. Лежа, почти без возможности пошевелиться и принять какую-нибудь позу, которая бы облегчила боль. На мяче было попроще. Сидя на нем, я даже пыталась в перерывах между схватками читать принесенную с собой книгу о происхождении шоколада.

Иногда можно было сходить в душ. Их было два на всех рожениц первого зала. Когда он освобождался, прибежала сестричка и спрашивала, не хочу ли я туда сходить. Теплая вода облегчала боли, но от моего помещения до душа приходилось идти через весь родовой зал, который опять же состоял из множества боксов с раздвижными стенками, в которых кто-то тоже лежал со схватками, кто-то как раз рожал, кого-то уже зашивали. Зрелище бодрости не придавало. Отовсюду раздавались стоны и крики. Создавалось ощущение, что ты находишься не в доме радости, а в доме скорби. Собственное самочувствие этому соответствовало.

Первый час проходил сносно. Дальше стало хуже. От жары, стоящей на улице, от бессонной ночи, ну и, должно быть, от бо-

ли я впала в полубморочное и полусонное состояние. Схватки, правда, будили мгновенно, но как только они заканчивались, на меня сваливалось одеяло облегчения и усталости, и я боялась уснуть или упасть в обморок. Это в душе или на мяче. Лежа на кушетке уснуть было не страшно, но переносить на ней боль во время схваток стало абсолютно невозможно. А каждую минуту слезать-залезать туда-обратно, чтобы переносить схватки вниз, а потом отдыхать наверху не было никакой возможности - слишком труден и тяжел был для меня сам путь в том состоянии, в каком я была, и слишком коротки интервалы между схватками.

Наконец, пришла сестричка посмотреть на меня, позвала молодую докторицу, которая меня принимала. Оказалось, я "открылась" уже больше, чем наполовину. Я смутно понимала, что это значит, но ясно было одно: роды неотвратимо приближались, и всем стало понятно, что будут они не завтра. Посмотрев на меня еще раз внимательно, все вдруг страшно всполошились, сказали, что я совсем зеленая, перевели меня в зал и стали спрашивать, имею ли я что-нибудь против эпидурала. На курсах нам опять же популярно объясняли, что это такой вид анестезии, когда человек остается в сознании, но не чувствует боли ниже пояса. Я понимала, что это существенно облегчит мое положение, поэтому, естественно, ничего против не имела.

Тут вдруг персоналу вспомнилось, что я хотела иметь на родах мужа, и мне предложили срочно ему позвонить, чтобы пришел. Корчась от боли, я дозвонилась домой. Но ясно было, что теперь Роман появится не скоро. Уже белый день, пробки всюду, и пока доберешься от нашего "курорта" в зеленом районе на краю города до самого центра, можно не только родить ребенка, но и воспитать его.

Внезапно выяснилось, что, принимая на роды, мне забыли дать подписать бумагу о том, что я согласна с проведением эпидуральной анальгезии. Мне принесли какой-то бланк и, лежа в родильном зале, подключенная двумя проводами на монитор, в промежутках между схватками, подложив бумагу ладонью, я пыталась заполнять какие-то свои данные - в очередной раз имя, фамилию, год рождения... Наконец, видя

такие мои мучения, доктор, пришедшая этот самый эпидурал делать, сжалась надо мной и заполнила всё оставшееся, кроме подписи. Тут снова пришла моя очередь и одновременно очередная схватка. В общем, я думаю, подписалась я в этот момент так, что если бы по какой-то причине я захотела впоследствии эту подпись опротестовать, то мне бы это легко удалось.

Когда, наконец, все процедуры были совершены, мне вкололи в спину иголку и пустили по трубочке обезболивающее, пришел Роман. Я ничего не чувствовала, и какое-то время мы провели, спокойно и мирно беседуя. Потом действие анестезии начало проходить, схватки снова стали становиться все болезненнее. Рома до сих пор не был уверен, выдержит ли его нервная система присутствия при окончании родов. Я предложила ему попробовать остаться, но уйти, как только ему станет совсем нестерпимо.

Пора было рожать. Пришли врачи. И тут оказалось, что роды у меня принимать будет чилиец. Для Романа, закончившего в свое время испанское отделение и полжизни проведенного с туристами в Латинской Америке, это явилось приятной неожиданностью. Он тут же заговорил с ним по-испански. Для доктора, вынужденного все время учебы и работы здесь ломать язык с непривычным чешским, это явилось, очевидно, неожиданностью еще более приятной. Тогда они буквально кинулись друг другу в объятия. Роды после этого происходили уже только на испанском. Мой испанский, конечно, давно уже далек от того, чтобы на нем говорить, но понимать я понимала большую часть сказанного. Впрочем, мне было не до этого. Что уж тут понимать. Ко мне обращались только, чтобы в очередной раз побудить меня задержать дыхание и как можно больше тужиться, а так, чилиец с руками у меня между ног и мой муж, держащий своей рукой мою, в остальном были поглощены обсуждением каких-то латиноамериканских дел, того, что Роман мог бы прочесть лекцию для персонала больницы, интересующегося экзотическими краями и тому подобными немаловажными материями.

Силы мои были на исходе, но счастье все-таки, что у меня была полтора часовая передышка, когда я не чувствовала боли и

могла прийти в себя. Иначе, мне кажется, я бы просто не выдержала всех этих потуг. На следующий день, когда я добралась до зеркала, оказалось, что у меня глаза все красные от полопавшихся сосудов, и на всем лице и плечах тоже тысяча красных пятнышек. Я решила, что это тоже лопнувшие капилляры...

Наконец, ребенок появился на свет! Я даже не помню, но, кажется, все-таки слышала в полуобмороке его крик, и на секунду в моих глазах мелькнуло что-то похожее на инопланетянина - бело-красное, со странно-выгнутой формой черепа, шевелящее ручками и ножками, как паучок. А, может быть, мне все это только показалось?

Ребенка тут же унесли. Вслед за ним ушел и Роман. Я рожала "послед" - плаценту. Потом началось шитье. Я бы даже сказала, художественное вышивание. Сначала опять же с анестезией, потом она начала проходить и дошивали уже почти "по живому". Роман вернулся с ребенком на руках. Он качал дитя, которое мне почти не было видно, и продолжал разговор с чилийцем, во мне еще что-то вышивавшим. Разговор перешел на больницу, еще на какие-то более близкие повседневной жизни дела. Наконец, меня дошили, ребенка унесли, дав мне его буквально на две секунды в руки. Мой сын был весь укутан, из больничных пеленок торчали только пухлые щечки. Глаза были закрыты. У меня мелькнула в голове мысль, что на курсах что-то объясняли о необходимости приложить ребенка к материнской груди в первые же два часа жизни, но эта мысль ушла так же, как и пришла. Сил додумывать ее не было. Ребенка унесли, и мыслей не осталось.

Еще немного посидев, ушел и Роман. Закрылись двери, и я осталась совсем одна. Прошло пара часов. Потом мне принесли ужин. Потом я долго лежала, глядя на пустые тарелки. Или мне только показалось, что долго? Потом пришла сестра и сказала, что отведет меня в палату, но перед этим я должна сходить в душ. Как только я встала с кушетки, ноги у меня подкосились, голова пошла кругом, но с помощью сестры до душа я все-таки доползла. Там она опять оставила меня одну. Ноги опять начали подкашиваться, темные круги перед глазами. Какой еще душ. Все последние силы я потратила на то, чтобы до воз-

вращения сестры не шмякнуться с размаху головой о плитки пола. Когда та снова объявилась, и я сообщила ей о своем состоянии, она начала с возмущением оправдываться, что не могла там быть со мной, поскольку нужна была в зале. Из последних сил я попыталась ее убедить, что ни в чем ее не обвиняю, а просто объясняю ситуацию. Тут отказали еще и голосовые связки, видимо, перенапрягшиеся во время потуг. Насколько я помню, да и по словам Романа, я практически не кричала. Только под конец издавала какие-то звуки, похожие на стоны, но так просто было легче тужиться. Значит связки сели от частого дыхания, пересохшего горла и напряжения. В последний момент, когда, должно быть, уже и медсестра не удержала бы меня, падающую, прямо под меня подлетело кресло на колесиках, и санитар очень быстро повез меня в палату. В коридоре был сквозняк, ветерок приятно обдувал по пути, и, к моменту прибытия кареты к моей очередной постели мне стало существенно лучше. Впрочем, стоило попробовать подняться и дойти до туалета, откуда-то со дна снова поднималась муть, и ноги опять подкашивались.

В кровати лежать было легче. В какой-то момент я даже собралась с силами, чтобы разослать всем друзьям сообщения о счастливом событии. Понимала - не сделаю этого вовремя - будет масса обид. Потом мне опять принесли ребенка - первый раз приложить к груди. Но совсем ненадолго и тут же снова унесли, пожелав спокойной ночи. Я не понимала, связывает ли меня что-то с кусочком моего тела, сегодня из меня выдернутом? И все, - меня больше не было. Я толком не могла ни говорить, ни бодрствовать, ни даже спать. Я просто лежала. Так закончился день.

**Издаём книги
любого объёма и тиража
- быстро и недорого
Тел.: +420 602 395 669**

СВЕТЛАНА или ОПТИМИСТИЧЕСКАЯ ТРАГЕДИЯ (эссе)

Мы познакомились случайно: две русские женщины с судьбой, одинаково забросившей нас в Чехию. Мы переехали сюда к чешским мужьям. Всего несколько лет назад произошла эта встреча, а кажется - будто целая жизнь прошла...

Она, золотоволосая хохотушка, неудавшаяся актриса, как сама себя называла, нашедшая себя со своими данными в качестве гида-переводчика в Чехии, дарующая как русским, так и итальянцам Злату Прагу. Ее сокурсники называли ее то ли в шутку, то ли всерьез "Мариной Влади". Я - наоборот серьезная, в своих самокопаниях, но при этом достигшая в книжном издательстве апогея как арт-директор.

Мы были в возрасте, когда люди не так-то просто сближаются - ведь хорошо известно, что нам всегда дороже старые друзья, и мы всякий раз делаем переоценку. Но случилось странное: мы подружились, появилось много общих точек соприкосновения, захотелось познакомиться семьями. Но вот как раз это не удалось успеть. Произошла автомобильная авария, в результате которой ее муж погиб на месте, а Светлана... Та оказалась после различных мытарств по больницам и переездов из одного реабилитационного заведения в другое - в инвалидной коляске...

То, что происходило потом, оставим только в памяти. Месяцы, часы, минуты, сотканные из отчаяния, неверия в себя, беспомощности, чувства бесполезности. В светланнином доме также время от времени начали появляться чужие люди, некоторые из которых бессовестно использовали ситуацию, пытаясь извлечь выгоду из чужого несчастья. Были и другие, бескорыстные, со страстным желанием помочь, но не могущие...



В нашей истории наступает момент, когда невозможно не сказать о подвижничестве чешского актера и режиссера Зденека Сверака и его роли в деле помощи людям, оказавшимся в беде (Его фильм "Коля" на другую тему, но тоже по-своему велик). Пан Сверак собрал средства, чтобы создать фонд "Параплэ". Параплегик - человек с проблемами двигательного аппарата. Но "параплэ" - это архаически - и летний зонтик! Так возник образ человека с зонтиком, обращенным вниз - для тех денежных взносов, которые могли бы уместиться в широких ладонях. Дар от добрых людей.

Зденек Сверак собрал средства так, что устраивал концерты, на которых выступал сам, на которые созывал других артистов.

Артисты отказывались от гонорара, зрители посылали средства наkonto "Параплэ". Как просто придумано! "Параплэ" втянуло в себя Светлану, равно как и других людей, молодых и пожилых, оказавшихся в результате автоаварий, спортивных и других жизненных катастроф как бы помимо, как принято считать, "настоящей жизни".

Не могу и не хочу с этим согласиться! Настоящая жизнь вполне по-настоящему протекает в якобы мертвых сосудах гиганта физики Стивена Уильяма Хокинга, но мало кто из нас "настоящих" может с ним сравниться... Этот человек находится не просто в инвалидной коляске, но общается со своей семьей так же, как с целым Космосом, при помощи компьютера и звукового синтезатора, поскольку его болезнь лишила его также возможности говорить. Именно Хокинг впервые открыл так называемое "Хокинговское сияние" в смысле посылки сигналов "черными дырами" во Вселенной. Размышляя о Вселенной как о сосуществовании разнообразных миров в так называемом "имагинарном времени", он думает о черных дырах как о неких коридорах между мирами.

Черные дыры человеческого несчастья?

Но есть звезды, как некие энергетические емкости. И есть человек, как самая главная энергетическая субстанция, о чем сам не ведает...

Напомню терпеливому читателю слова еще одного физика Стивена Уинберга: "Желание понять Вселенную (читай: зако-

ны, управляющие нашими жизнями и регулирующие наши взлеты и падения) - это одно из малых стремлений, которое возвышает нашу человеческую жизнь над уровнем Комедии и придает ей нечто от величественности Трагедии"... И это могло бы быть великодушным, исполненным поэзии, рассуждением о случившемся, но отнюдь не объяснением его...

А светлые силы Вселенной? А свет вокруг нас?

Кроме "Параплэ" у Светланы есть замечательная дочь. Но иногда ... не хватает опоры, сильного плеча, мужчины в том самом простом и великом смысле слова. Иногда хочется нормальных человеческих отношений. А еще у Светланы по-прежнему есть друзья, хотя и вечно занятые своими делами (истинными или мнимыми), вечно стремящиеся все успеть в своих жизнях.

В тот день, когда я узнала, что произошло, я написала ей песню, всеми силами души пытаясь возвратить ее в жизнь. Помнится, струны сами перебирали струны гитары, губы сами проговаривали слова: "Светлана, светлая душа, пожалуйста, будь!".

Свершилось. Свершатся ли и другие мои желания? Кто знает. Но знаю одно: светлый человек Светлана живет, пытаясь осознать свою новую жизнь, свое новое в ней предназначение. Нам нужно ей только в этом немного помочь. Или - много? Для каждого из нас своя мерка.

Я-же тебе все пою свою песню:

Светлана, светлая душа, пожалуйста, будь.
Мне нужны твои глаза и твой смех.
Ты знаешь, было грустно мне - о, Боже, пробудь!
Что не пришла ты к ратуше в четверг!

Светлана, светлая душа, будь как всегда.
Россыпью золотых волос озари.
Ты знаешь, мы все суетимся тут, часто день клеймя,
Будто навеки мы в этой ипостаси!

Не умеем ценить мы день золотой,
Тепло ладоней и бег босиком по траве.
Начнем-ка с малого: давайте помнить добро
И тех, кто его раздавал будто от вечной свечи...

Светлана, светлая душа, пожалуйста, будь!
Мне нужны твой смех, твой след и твой свет.
Молюсь за тебя, новая подруга моя,
Ракушку твою сжимая в кулаке...

Светлана подарила накануне несчастья
- мне на счастье - ракушку с берега любимой Италии.

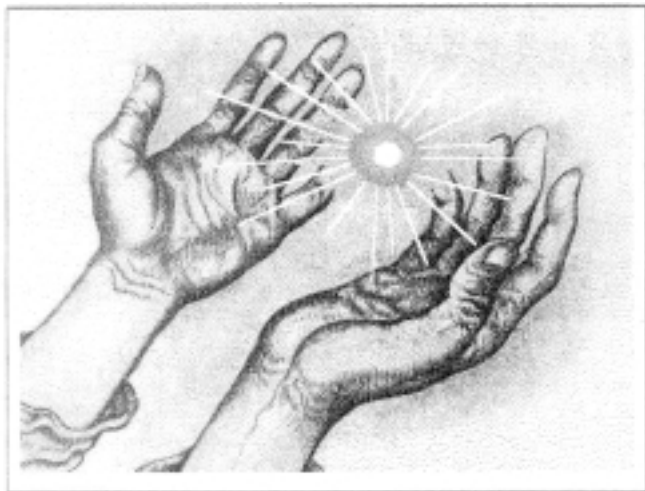
PS. Пан Сверак довел до конца мысль: помощь ближнему. Да, у него попал в беду товарищ по сцене. Но режиссер при этом помог многим другим.

Я тоже хочу по-настоящему помочь Светлане. Но я не могу помочь сама.

Был основан счет под девизом СВЕТЛАНА: 165966348/0300. Отзовитесь, люди! Светлане предложили в Москве сделать операцию. Новая вещь - клонирование, пересадка живой, функциональной клетки из позвоночника туда, где он бездействует. Нужно собрать 20 тысяч долларов. Контроль за счетом будет осуществляться фондом "Параплэ".

Приближается Рождество. Повод лишний раз вспомнить того, кто нас спас - ведь спас же? - от равнодушия. К сожалению, я не верю в Бога. Я верю в его человеческого сына. Но больше всего я верю в человеческое сердце.

Лариса Даикова



МИЛОСЕРДИЕ

"Делиться тем, что у тебя есть"

Спасибо

Счет фонда СВЕТЛАНА
"Барьеры":
165966348/0300

Синдром трудоголика

Трудоголикам грозит целый букет недугов и напастей. Организм не может справиться с нагрузками, и наступает сбой. Кроме производственных травм, сердечно-сосудистых заболеваний и гипертонии, можно получить "синдром эмоционального сгорания". Трудоголизм несет в себе и положительные для здоровья моменты. По данным Американской психологической ассоциации, трудоголики - самые страстные любовники.

Люди, проводящие много времени на своем рабочем месте, рискуют серьезно заболеть. По результатам исследования ученых из Университета штата Массачусетс, вероятность получения производственной травмы у людей "в возрасте" увеличивается на 61%.

Если работа у человека занимает более 12 часов в сутки, он рискует приобрести самые различные заболевания, поскольку организм не успевает справляться с нагрузками и ломается, сообщает Mosmedclinic. В ходе исследования была проанализирована информация, полученная из 110 236 отчетов о производственной деятельности на различных предприятиях США за период с 1987 по 2000 год.

Самым уязвимым органом у трудоголика эксперты назвали сердце. В 60-х годах кардиологи из Сан-Франциско Мейер Фридман и Рэй Розенман поделили условно всех людей на два типа - А и Б. Человек типа А постоянно боится что-то не успеть сделать, не может спокойно стоять в очередях, не любит опаздывать, ненавидит пробки на дорогах. Все его мысли сосредоточены на работе. Он постоянно куда-то торопится и пребывает в постоянном напряжении.

Тип Б представляет собой прямую противоположность типу А. Он нетороплив, спокоен, склонен к рассудочности. Трудоголики обычно пребывают в состоянии А, посвящая работе львиную долю времени.

Такое горение на рабочем месте даром не проходит. Их настигают болезни, связанные со стрессом, - язвы, высокое кровяное давление и сердечные приступы.

Американская кардиологическая ассоциация (American Heart Association) и Американский национальный институт сердца, легких и крови (National Heart, Lung and Blood Institute) признали поведение по типу А основным фактором риска сердечных заболеваний, сообщает Nclug.ru. Руководителей, находящихся на рабочем месте от 11 до 15 часов, относят к категории работников с ненормированным рабочим днем.

Среди руководящего звена около трети страдают сердечно-сосудистыми заболеваниями. В возрасте 40-49 лет гипертоническая болезнь наблюдается у половины руководителей-мужчин.

Трудоголиков нередко поджидает и другая напасть. Психологи называют ее "синдромом эмоционального сгорания". Энергичный трудоголик вдруг начинает испытывать усталость и раздражение, сама мысль о работе вызывает неприятие и тошноту. Доцент кафедры социальной психологии Московского государственного социального университета Наталия Осухова поясняет: "Синдром эмоционального сгорания - самая опасная профессиональная болезнь всех, кто работает с людьми: учителей, менеджеров, продавцов, врачей, журналистов, бизнесменов, политиков".

Синдром развивается постепенно и проходит три стадии. Сначала исчезает радость жизни, все кажется серым и безрадостным. Затем человека охватывает раздражение к домашним и коллегам. Потом резко падает интерес к труду, что приводит к неприятностям на работе, вплоть до ухода. У человека пропадает интерес ко всему, словно все внутри у него выгорает.

Интересно, что у трудоголизма есть и положительные для здоровья моменты. По данным исследования Американской психологической ассоциации, именно трудоголики самые страстные любовники. Ученые изучали сотни пар в течение

полугода и пришли к выводу, что жены трудоголиков используют то небольшое время, которое мужья проводят дома, по максимуму.

Джонатан Шварц сказал, что они были озадачены результатами исследования сотен пар, за которыми следили около года. "Ранние исследования показывали, что жены трудоголиков недовольны качеством их взаимоотношений, - сказал профессор психологии Шварц. - Но никто не спрашивал их о сексуальной жизни. А она удивительно полноценна". Мужчины и женщины, прохладно относящиеся к своей работе, показали самый низкий уровень сексуального удовлетворения.

Живи с неврозом врозь!

Даже у самого здорового человека время от времени "сносит башню". Проявляется невроз у всех по-разному. Кому-то хочется взять автомат и "скосить" обидчиков, а кто-то роняет голову на руки и обливается слезами. Важно одно - толку от вас в таком состоянии - ноль.

Всего, по словам профессора психиатрии Михаила Виноградова, можно условно выделить 4 основных типа невротических реакций. Давайте разберемся, что поможет в каждом конкретном случае.

Опускаются руки, и глаза ни на что не глядят

Вы чувствуете полный упадок сил. Вместо того чтобы приносить пользу обществу, хочется лечь и тупо пялиться в потолок. Вы "зависли" в полном моральном и физическом истощении, как перегруженный компьютер.

5 экстренных способов снять астенический невроз:

- Вам нужны стимуляторы. Немедленно примите на выбор: настойку элеутерококка, китайского лимонника, женьшеня,

кордиамин, зеленый чай (особенно быстро действует препарат зеленого чая в таблетках). Для повышения мозговой активности примите пару таблеток глицина и "ударную" дозу аскорбинки - 1-2 грамма.

- При упадке сил в крови падает сахар. О фигуре подумайте потом, а сейчас съешьте кусок торта или пирожное.

- Дайте работу мышцам. Запритесь в кабинете и займитесь зарядкой. Лучше всего поднимает настроение и работоспособность "стрейчинг" - упражнения, направленные на потягивание мышц и позвоночника.

- Включите ритмичную музыку, которая вас "заводит".

- Самое главное для вас - активность, даже через "не могу". Ничего не хочется делать для себя? Так сделайте что-то полезное для других.

Что-то сердце растревожилось

Вроде бы все в порядке, волноваться, казалось бы, не о чем. Но вам тревожно, и все тут! Дергаетесь из-за каждого звонка, сердце отбивает барабанную дробь, мысли лезут всякие.

5 экстренных способов снять тревожный невроз:

- Примите успокоительное на выбор: валерьянку в любом виде, пустырник, настойку пиона, капли Зеленина.

- Для снятия тревоги идеально подходят водные процедуры. Например, известный "мучитель собак" академик Павлов, когда нервничал, всегда полоскал руки в миске с холодной водой. А подержать руки под проточной прохладной водой еще лучше. Такой простой аутотренинг: омойте руки от локтей к ладоням, как бы смывая вместе с водой свою тревогу и грустные мысли.

- Помедитируйте. Уединитесь, сядьте в любой комфортной для вас позе, закройте глаза и призовите на помощь самые приятные вашему сердцу образы.

- Включите релаксационную музыку, понюхайте свои любимые духи.

- Помассируйте треугольник между большим и указательным пальцем на левой руке. Сделайте массаж рук от верха ладони к кончикам пальцев - сначала на левой руке, потом на правой. Если колотится сердце - закройте глаза и помассируйте круговыми движениями, несильно надавливая, глазные яблоки.

Хочется кого-нибудь порвать на части

Вас так довели, что хочется расшвырять все на рабочем месте, дать в морду начальнику, покрушить мебель, иначе сойдете с ума? Что ж, бывает. Только давайте без глупостей. Решим дело миром.

5 экстренных способов снять раздражительный невроз:

- Оставьте в покое бейсбольную битку. Сначала выпейте ударную дозу валокордина - не меньше 50 капель. Если не "вставит", минут через 15 - 20 повторите. Некоторым лучше помогает смесь стимуляторов с успокоительным, например, настойка майского ландыша плюс женьшень. Выпустить пар также поможет активный массаж затылка.

- Вас распирает адреналин, и его нужно выпустить на волю, чтобы не "взорваться". Нужна какая-то двигательная активность. Передвиньте мебель. Сходите поиграть в боулинг.

- Отлично снимают агрессию игра в дартс, пейнтбол или посещение клуба по стрельбе из лука и арбалета. Из подручных вариантов подойдут: яростное боксирование подушки (или куклы начальника, как это принято в Японии), битье посуды (не стесняйтесь, сейчас это на пользу!).

- Попробуйте спустить агрессию на словах. Наедине с собой проиграйте мысленно обидную для вас ситуацию, представьте, как вы выходите из нее победителем. Для пущей убедительности можете

представить себя с большим пистолетом наперевес+

- Побродяжничайте. Общение с природой здорово успокаивает. Соберите рюкзачок - и в путь, хотя бы в ближайший парк. Или на крайний случай совершите маленькую победу над собой и пройдитесь пешком до дома.

Пойти и повеситься, что ли?

Вам до ужаса себя жалко. В голову, как змеи, заползают черные мысли. Ну, конечно, никто вас не любит, никто не понимает. Все кругом вдруг стало беспроектным и безвыходным+

5 экстренных способов снять депрессивный невроз:

- Не оставайтесь наедине с собой! Совсем необязательно идти в гости, но вам нужно быть среди людей. Оторвитесь от привычного круга и сходите на выставку, на концерт, в ночной клуб.

- Депрессию надо с кем-то разделить и выговориться. Не стесняйтесь даже поплакаться в жилетку случайному попутчику.

- Многих отлично "излечивает" шопинг. Накупите себе, может, и не сильно полезных в хозяйстве, но приятных вам вещей. Не набивайте сумки в супермаркете - мужу (жене), детям и теще, - а сделайте подарки лично для себя. Шиканите и позвольте себе то, на что давно засматривались!

- Вспомните детство и все моменты, когда вы были счастливы. Пройдитесь тропами прошлого, чтобы вспомнить, что радость в жизни есть. Встретьтесь с друзьями, которых давно не видели.

- Ешьте шоколад и апельсины - они являются природными антидепрессантами.

Факт

Что чаще всего выводит нас из себя?

1-е место - семейные проблемы.

2-е место - неурядицы на работе.

3-е место - проблемы у друзей и близких.

4-е место - случайные негативные ситуации на улице, в транспорте и т. д.

Цифры

100% людей испытывают невроз как минимум раз в полгода.

60% - не реже раза в месяц.

25% - каждую неделю.

10% - пребывают в таком состоянии практически постоянно.

Кстати

Мужчинам вредно скандалить

Германские ученые из Берлинского университета выявили, что бурные скандалы с криком и битьем посуды у женщин снимают стресс и снижают у них риск преждевременной смерти от инфарктов и инсультов. Мужчинам же в этом плане не повезло. У них внешние проявления агрессивности ухудшают самочувствие и повышают вероятность таких заболеваний:

на 20% увеличивается риск инфаркта миокарда;

на 30% - сердечных аритмий, в том числе опасных видов тахикардии;

на 10% - образования тромбов.

Тест

«А у вас пошаливают нервишки?»

Раздражает ли вас:

- Когда какой-то человек на улице нечаянно кашляет в вашу сторону.

- Вы дали кому-то почитать интересный журнал, а вам вернули его измятым.

- Женщина "в годах", одетая, как молоденькая девушка.

- Если кто-то в транспорте стоит слишком близко к вам.

- Когда кто-то идет по улице и пьет пиво (или курит) на ходу.

- Когда кто-то грызет ногти или громко звякает ложкой о стакан.

- Если кто-то смеется невпопад.

- Когда вам делают замечание или пы-

таются учить, что и как делать.

- Когда друг (подружка) постоянно опаздывает на свидание.

- Когда в кинотеатре кто-то постоянно вертится, шуршит попкорном и "комментирует" фильм.

- Если вам пытаются пересказать сюжет интересной книжки, которую вы еще только начали читать.

- Когда вам дарят ненужные предметы.

- Слишком сильный запах духов.

- Человек, который активно жестикулирует во время разговора.

- Кто-то в разговоре употребляет непонятные вам термины и иностранные слова.

Считаем баллы

За каждый ответ "очень" - 3 балла.

За ответ "когда как" - 1 балл.

За ответ "нет" - 0.

От 30 до 45 баллов. Да уж, не бережете вы себя, по каждому пустяку психуете. Вы вспыльчивы, вас очень легко вывести из себя. Мало того, вы сами создаете себе проблемы. Нервы у вас никуда ни годятся. Нужно срочно пересматривать свое отношение к жизни и окружающим.

От 15 до 29 баллов. Вы в меру задержаны жизнью, в меру раздражительны, но и в меру терпимы. Конечно, вы можете вспылить и даже устроить скандалчик из-за пустяка, но потом будете жалеть об этом.

Менее 14 баллов. Если вы ответили на вопросы действительно правдиво, то нервы у вас - кремень. Трудно представить, в какой же ситуации вы можете выйти из себя (интересно было бы на это посмотреть). Так держать! Хотя иногда полезно и "собак спустить" для разрядочки.

Елена Ионова

Не уходи! Побудь с весной

Мы с готовностью вспоминаем: весна - время обострений... Но если бы все было так просто! По данным статистики, среди самоубийц людей с психическими отклонениями не более 10 процентов. А между тем Россия стойко лидирует в мире по количеству суицидов. Что толкает на этот шаг? Можно ли помочь оказавшимся на краю? Могут ли они помочь себе сами?

В результате суицидов Россия теряет ежегодно народу значительно больше, чем потеряла за всю афганскую войну. По печальному этому показателю она была мировым лидером в позапрошлом году. В 2004-м ее обогнала маленькая Литва, но есть подозрение, что не без помощи русских - вспомните, сколько их там. Добровольно уходит из жизни больше людей, чем гибнет от рук убийц. (Кстати, по количеству убийств Россия тоже в первой тройке - в компании ЮАР и Колумбии.)

Сегодня жить или не жить - личное дело каждого. В группе "жить" лидирует Египет - по данным ВОЗ, там самый низкий процент самоубийств. Радуются жизни в Италии, Греции, на Филиппинах - это понятно. Из бывших союзных республик СССР в компании "радующихся жизни" оказалась лишь Армения - самоубийство там нонсенс. Зато Белоруссия, Украина, Казахстан в статистических таблицах тесно выстроились за лидирующими Литвой и Россией.

Что лежит в основе суицида? С этим вопросом редакция обратилась к директору Научного центра суицидов НИИ психиатрии имени Сербского Владимиру Войцеху.

- Причины могут быть разные - от психических заболеваний до нехватки в организме определенных микроэлементов. Но жизни лишает себя и множество здоровых людей - просто в определенный момент критическая масса неудовлетворенности жизнью или собой срабатывает и включается программа самоуничтожения. По типу последней капли. Американцы описы-

вают такой случай. Человек собирается на работу, обувается - и у него рвется шнурок. Это последняя капля. Он выстреливает себе в висок.

Российская газета: - Программа самоуничтожения лежит у нас внутри готовенькая и ждет команды "Пуск"?

Владимир Войцех: Есть такая теория. Хотя есть и много других. Стереотип решения проблем в человеке формируют и семья, и общество, и сам человек. Психически больных среди самоубийц далеко не определяющая доля. Хотя, конечно, весной всяческие мании да фобии обостряются, как, впрочем, и соматические заболевания. И весной особенно остро переносится нехватка в жизни тепла и всего того, что делает человека счастливым.

РГ: Мне встречалось суждение, что суицид, как и психическое заболевание, заразен. На этом принципе даже разработали психическое оружие. Как вы на это смотрите?

Войцех: А вы знаете, что самый большой процент суицидов среди врачей приходится на долю психиатров? Вот вам и ответ.

РГ: Известны ли случаи суицида среди детей?

Войцех: Суициды в 5-12 лет, как правило, следствие психической болезни. Для детей суицид противоестественен. Подростковый возраст - это другое. Среди окончивших жизнь самоубийством молодежь составляет примерно 15 процентов. А если говорить о смертности, то люди в возрасте от 19 до 34 лет убивают себя чаще, чем умирают от сердечно-сосудистых, онкологических, прочих заболеваний. Всего же в России ежегодно убивают себя 50-60 тысяч человек. А в годы афганской войны за 5 лет погибли 15 тысяч.

РГ: В какое время суток люди чаще добровольно расстаются с жизнью?

Войцех: Самоубийства чаще происходят под утро. Утренние и дневные попытки чаще заканчиваются смертью. Импульсивно, под действием эмоций, приговор в отношении себя выносят и приводят в ис-

полнение, как правило, ближе к вечеру. Увидел таблетки в аптечке - сгрэб, выпил. Увидел веревку - попытался повеситься. Увидел нож - попытался зарезаться. Вечерние суициды часто остаются попытками.

РГ: Существуют ли какие-либо национальные особенности лишения себя жизни?

Войцех: Безусловно. Трудно представить себе японца, намазывающего веревку, так же как и русского делающим себе харакири. В последние годы русским национальным способом лишения себя жизни можно признать питье уксусной кислоты - смерть страшная, мучительная.

РГ: Мне встречалось мнение вашей коллеги Татьяны Дмитриевой, что в России столько самоубийств потому, что слишком бурно она меняется. Вы согласны?

Войцех: Трудно не согласиться. Но в России эта проблема напрямую связана еще и с проблемой алкоголя. Он, с одной стороны, обостряет восприятие окружающего, делает человека ранимым, с другой - провоцирует. Официально считается, что в состоянии алкогольного опьянения совершается полтора процента суицидов. Но есть все основания полагать, что значительно больше. Если говорить о неудавшихся попытках, в той или иной мере "под парами" поступают процентов сорок пациентов. Одни принимают для храбрости, другие, что называется, не просыхают.

РГ: Удастся ли возвращать к жизни тех, кто попытался с ней расстаться?

Войцех: Иногда человек прыгает с двенадцатого этажа - и ничего. Была у нас перед Новым годом одна такая прыгунья - во время предновогоднего застолья с мужем повздорила, вышла на балкон (а это, правда, был двенадцатый этаж) и сиганула вниз. И знаете, ничего, только поломалась немножко. Может, потому, что выпивши была. Говорит, ничего не помню.

РГ: Кто у нас больше не любит жизнь - люди пожилые, молодежь?

Войцех: В основном те, кому между тридцатью пятью и пятьюдесятью.

РГ: Переоценка ценностей?

Войцех: Несчастливая любовь, разводы,

смерть близкого человека, конфликты, сложности на работе. У людей разные ценности. Если жизнь бьет по главной из них - реакция тоже может быть разной. Кто-то начинает "барахтаться" с удвоенной энергией, а кто-то ищет и быстро находит для себя способ от работы этой улизнуть. Ощущает себя человек в жизненном тупике - стремится прервать сознание. В последние годы все чаще встречаются случаи такого рода. Не спасли мы как-то мужчину лет пятидесяти с небольшим - отца тяжелобольной девушки. Та умирала, а помочь ей денег не было. Не вынес отец - ушел раньше, чем она. Следующая волна - те, кому за семьдесят. Тут все понятно: старость, одиночество. Той, что с балкона прыгнула, было чуть за двадцать пять. Выхаживали мы тут мальчика юного совсем. Вешаться побежал в день своего рождения. Гости были. На кухню вышел - а там девушка его с его же другом целуется. Он - в петлю. Откачали.

РГ: Вы пытаетесь спасти не только тех, кто "посмел", но и тех, кто на грани. Кто чаще обращается за помощью? Приходят они самостоятельно или "под конвоем" встревоженных и любящих?

Войцех: Приходят сами, как правило, люди с развитой душой, с образованием, те, кто уже раз или не раз подобную ситуацию пережил. Близкие приводят людей разных, но все равно воля к жизни у них в какой-то степени присутствует.

РГ: Что в вашем арсенале?

Войцех: Не столько лекарства, сколько психотерапия. Примерно месяц помогаем в условиях стационара. Параллельно работают психологи и психотерапевты. Пытаются докопаться до самых глубоко упрямых проблем, выстроить их в порядке значимости для больного, переориентировать его. Постепенно и сам не желающий жить начинает иерархию эту оценивать все более трезво, объективно. Процесс долгий, тянется у кого-то неделями, а у кого-то месяцами. Но практически, чтобы оправиться, нужен примерно год. Так что после стационара мы с больным про-

должаем работать.

РГ: Рецидивы бывают?

Войцех: Часто. Если побывавший на краю жизни ощущение края этого забыть еще не успел, а его настигает другой жизненный удар или то, что воспринимается им как таковой.

РГ: Часто руки на себя налагают в порыве. Услышь человек в этот момент мудрое или просто отрезвляющее слово - трагедии не будет.

Войцех: Работают телефоны доверия. Мы прилагаем много усилий, чтобы их знали не только наши пациенты.

РГ: А если звонит человек на грани, часто удастся помочь? Ведь по телефону не схватить его за руку, если он решит хотя бы и этим же телефонным проводом удавиться.

Войцех: Наши специалисты пытаются его удержать от этого шага, пытаются узнать адрес. Если удастся, немедленно выезжает "скорая". Ведь если человек все-таки позвонил, значит, он ищет помощи, готов ее принять. 70 процентов людей прежде чем наложить на себя руки, к врачам все-таки обращаются - идут в поликлинику. Куда ж им еще? Для многих ведь доктора именно там. Приходят, естественно, к терапевту: сердце болит. А терапевт что? Много с вами в поликлинике по душам разговаривают? Стопка направлений на анализы - и привет.

РГ: Да, с районными поликлиниками и терапевтами у нас положение тяжелое. Похоже, в такой ситуации помощи ждать приходится скорее от тех, кто рядом.

Войцех: Часто человек и ищет ее неосознанно среди тех, кто рядом. На работе, к примеру, бедой поделится. А ему в ответ: не бери в голову - бери на грудь, перемелется - мука будет. Не всякому везет в минуты эти встретить душу, способную делить чужую боль.

РГ: В таком случае, похоже, спасение утопающих - дело рук самих утопающих. Трудные минуты бывают у всех. Владимир Федорович, можно ли дать совет нашим читателям, что в собственном состоянии должно их насторожить во время стресса,

как не упустить момент, когда нужно обращаться к специалисту?

Войцех: Тяжкое состояние духа, бессонница, снижение аппетита, навязчивые мысли (часто, к примеру, в такой ситуации человека одолевают мысли о собственной неполноценности), вегетативные расстройства (учащенное сердцебиение, одышка, головная боль) на фоне конфликта или без явного конфликта (ведь самый страшный конфликт - с самим собой).

РГ: В сознании многих обращение к врачу в подобной ситуации - это обращение в психиатрическую больницу. Есть альтернатива?

Войцех: В России, как и во многих развитых странах, создана специальная структура. У нас она включает кризисный стационар при соматической больнице, кабинеты социально-психологической помощи при поликлиниках. (Конечно, параллельно идет и психиатрическая помощь.) И телефоны доверия.

РГ: Насколько эта система тотальна?

Войцех: В ней есть все звенья, но не хватает плотности. Шестидесяткоечный стационар для десятиmillionной Москвы - это как? Даже Норвегия, где 9 самоубийств на 100 тысяч человек, имеет государственную службу профилактики суицидов. Выделяются соответствующие деньги. У нас все понимают, а денег нет. Хотя и надо-то их не так много.

РГ: Куда обращаться, если нет в поле зрения суицидологов?

Войцех: Можно пойти к психотерапевту - их сейчас достаточно много. Важно не оставаться наедине со своей проблемой.

Российская газета

Из досье "РГ"

Лишать себя жизни homo sapiens научился давно. И не всегда виной было состояние души, которое сегодня принято называть депрессией. В некоторых культурах это выглядело как своего рода "сани-

тарная акция" - таким образом освобождали от себя общество старые и больные. Эскимосские старики уходили в тундру, чтобы там замерзнуть. В Японии старые родители просили детей отнести их в горы. У вестготов существовала "скала предков", с которой те прыгали в положенный час.

В Древней Греции право выбрать способ самому лишить себя жизни предоставлялось приговоренным. (Помните, Сократ выбрал яд цикуты?) Прочим же на уход из жизни необходимо было получить санкцию ареопага. "Несанкционированные" самоубийства карались посмертным позором.

Законы Людовика Святого для самоубийц предусматривали конфискацию имущества, если же это был дворянин, замок его ко всему прочему разрушали и герб ломали. В России Петр I повелел: "Ежели кто себя убьет, мертвое тело, привязав к лошади, волочить по улицам, за ноги повесить, дабы, смотря на то, другие такого беззакония чинить над собой не отваживались". Нужно ли говорить, что действительно на противоестественный этот акт отваживались тогда немногие?

Самоубийц-неудачников общество тоже не щадило. В Америке еще лет сто назад после неудачной попытки суицида человека ждало 20-летнее тюремное заключение. В Англии общество брало на себя труд довести неудавшуюся попытку до конца, а уголовным преступлением самоубийство перестало считаться лишь в середине прошлого века.

Ольга Добромыслова

Женская депрессия

У российских женщин свое восприятие депрессии. В чем эти особенности и как они могут помочь справиться с проблемой?

Советует кандидат медицинских наук, научный сотрудник ММА им. И. М. Сеченова в г. Москве, невролог Анастасия Валерьевна Федотова.

Депрессия - это не просто перепады настроения, а серьезные нарушения в эмоциональной сфере. Как отличить их от просто плохого настроения? Сегодня настроение хуже некуда, а завтра оно замечательное, и все кругом прекрасно и удивительно.

Депрессия же - это надолго. Достает свои любимые духи, а они тебя не радуют. Смотришь на себя в зеркало, думаешь, надо бы пойти в парикмахерскую, а зачем? И так буквально во всем: жизнь утрачивает смысл, она просто становится неинтересной.

Депрессия, как женщина, не любит быть одна, ей нужна компания. Она всегда окружает себя верными друзьями. Тут и плохое настроение, тревога, апатия, отсутствие аппетита, бессонница, упадок сил.

Более того, на ее фоне меняется восприятие боли. Человек становится уязвим для болезней: головные боли, боли в спине, даже гипертония, бронхиальная астма.

К тому же, соблюдая закон женской солидарности, она больше жалуется представительниц прекрасного пола. Они в три раза чаще, чем мужчины, страдают депрессивными расстройствами.

Депрессии встречаются во всех возрастах, во всех социальных слоях. Но есть пик - это период от 30 до 40 лет. Молодая, активная женщина - и вдруг депрессия. Почему?

В большей степени это связано, как мы говорим, с тем, что жизнь стала "тяжелой". И виноваты не только материальные трудности, постоянный поиск работы и доходов. Сказывается и переизбыток информации, ритм, в котором мы живем.

Негативная реакция на все эти реалии современной жизни встречается и у мужчин, но есть типично женские депрессии.

Мир вокруг нас

Чаще всего причина недовольства окружающим миром и потери к нему интереса - проблемы в личной жизни. Порой в сознании женщины они приобретают статус катастроф. Чаще всего это неудовлетворенность мужем или своей интимной жизнью, взрослые дети, разводы, по-

вторные браки.

Никто не застрахован от личностных катаклизмов. Если вдруг это возникло, то неоценимую помощь оказывают профессиональные психотерапевты. В России лучшим психотерапевтом является подруга.

Поэтому, если что-то в душе беспокоит, нужно об этом поговорить.

Если "подруготерапия" затягивается и не приносит ожидаемого результата, нужно обратиться к врачу. В таком случае требуется серьезное лечение в виде лекарственных препаратов: растительных или химических антидепрессантов.

Критические дни

Многие женщины не понаслышке знают, что такое предменструальный синдром. Во всем мире с этой проблемой обращаются к гинекологу, а у нас нет. Ну, подумаешь, раздражение, плохое настроение, ничего страшного - само пройдет. Начинается менструация, и действительно все проходит.

Но предменструальный синдром нередко отражается на здоровье. Примерно у половины женщин перед менструацией резко возрастает аппетит, они начинают уплетать все, что попадает под руку. И за этот период набирают полтора-два килограмма, которые мешают и еще больше добавляют раздражения.

"Менструальное обжорство" - это вполне нормальное явление, с которым нужно смириться. К нему, кстати, могут добавляться потливость, сердцебиение, слабость, головокружение, расстройство кишечника.

Чтобы каждый месяц не испытывать себя на прочность, назначают мягкие транквилизаторы. Есть замечательный чисто женский препарат "Грандаксин". Он помогает убрать тревогу и все вегетативные нарушения. Его нужно принимать в течение 10 дней, за неделю до начала менструаций. Он хорошо переносится, не вызывает привыкания. И что самое главное - никак не отражается на образе жизни.

Рождение ребенка

Если изначально женщина склонна к перепадам настроения, то депрессия может проявиться в тот момент, когда организму требуется эмоциональное напряжение. А роды - это как раз и есть этот переломный момент.

Предродовая депрессия встречается нечасто и возникает, когда неблагоприятно протекает беременность.

Но все-таки чаще всего бывает послеродовая депрессия. Беременность и роды - это стресс для организма. В этот момент от женщины требуется собрать воедино все свои моральные и физические силы.

Понятно, что после такой встряски ей хочется расслабиться и отдохнуть. Да куда там? Появился малыш, который требует ее сиюминутного присутствия и внимания. Ритм жизни стал совсем другим, и к нему тоже нужно привыкнуть. А времени и сил катастрофически не хватает. Вот и получается, что мамочку уже ничего не радует, а хочется лишь одного - чтобы ее никто не трогал.

В этот момент ей необходима помощь близких людей, забота и поддержка с их стороны. Если ситуация не меняется, более того, женщина плохо ухаживает за ребенком, в ее поступках появляется агрессивность, ждать больше не стоит. Нужно обратиться к специалисту.

Послеродовая депрессия - это всегда сложная ситуация, потому что связана с кормлением ребенка. И большинство препаратов в этот период принимать не стоит.

Согласно исследованиям, антидепрессанты не слишком влияют на состав материнского молока, тем не менее рисковать нежелательно. И применять их нужно только в том случае, когда без них с депрессией не справиться.

Прелести старшего возраста

Чисто физическое недомогание сопровождается снижением моральных сил. Женщина начинает осознавать, что она с каждым годом становится все старше, уже

не так молода и красива, как прежде. Эти перемены в жизни многие воспринимают болезненно.

"Климактерическая" депрессия чаще всего существует не сама по себе, а в сочетании с тревогой. Чтобы не впасть в подобное тревожно-депрессивное состояние, нужно помнить, что очень многое в наших руках. Постарайтесь морально себя подготовить к тому, что начинается новый этап жизни. Он, как и любой другой, имеет свои положительные и отрицательные стороны.

Безусловно, нужно, чтобы в этот период женщину наблюдали гинекологи и невропатологи. Если она не справляется сама, то ей назначается лечение. Это могут быть отдельно антидепрессанты или заместительная гормональная терапия. Либо сочетание одного и другого.

Так как депрессия - это все-таки нормальный физиологический процесс, то она носит преходящий характер и через какое-то время завершается сама. Но это происходит не быстро - от полугода до двух лет. Поэтому если этот период переживается сложно, то стоит подумать о лечении.

Галина Жукова

Идите в баню!

Омовение, как записано в одном из древних трактатов, посвященных бане, дает десять преимуществ: ясность ума, свежесть, бодрость, здоровье, силу, красоту, молодость, чистоту, приятный цвет кожи и внимание красивых женщин.

- Лично я бы остановилась на двух: мне баня дает молодость и здоровье, - подкорректировала архаичное утверждение "заядлая банищица" (ее определение) Елена Луничкина. 57-летняя пенсионерка, врач-эндокринолог 24-й городской больницы (возраст свой не скрывает) работает на полную ставку, помогает в воспитании двух внуков, 17 лет подряд ныряет в прорубь и в течение 15 лет один день

в неделю обязательно посвящает бане. Уж она-то знает в ней толк!

- Баня - это даже не песня - поэма! - говорит Елена Павловна. - После парилки такая легкость внутри - летать хочется. Тело становится бархатным, кожа эластичной и молодеет. К тому же каждый раз в парной лишний килограммчик сбрасывается. Через раскрытые поры кожи из организма уходят всякие там шлаки, токсины, соли. А значит, хорошо очищаются сосуды и почки. Ясной становится голова.

Современная медицина "нашла в бане" и другие достоинства: баня нормализует кровяное давление, снижает риск заболевания диабетом, помогает излечить почечно-каменные болезни, избавиться от ревматизма...

Но баня, как известно, может и сильно навредить и даже убить, если пренебречь или не знать ее законы.

НЕ НАВРЕДИ

Несколько нехитрых правил и советов от Луничкиной

Правило первое. Собираясь в баню, не забудьте прихватить с собой небольшую клеенку, чтобы не садиться на скамейку общего пользования, пардон, голым задом. И не подхватить какую-нибудь заразу. А еще - и свой тазик, само собой - мыло, мочалку, резиновые тапочки, простынь, пару полотенце, шапочку (лучше - фетровый колпак). И - бутылочку минералки (сока, кваса, травяного чая - кому что нравится).

Правило второе. Перед парной надо обязательно облить тело теплой водой и обсушить его полотенцем.

Правило третье. Заход первый. Парная не терпит дилетантов. Поэтому знайте: первый раз вы входите в парную просто погреться, подышать паром минут на 5. Не задерживайтесь дольше. Выходите. Сполосните тело прохладной водой, минут 10 передохните.

Заход второй. В парилке можно находиться подольше (минут 10-15), пока пот не покатится по всему телу. Снова сполоснитесь, но не холодной, а теплой водой. Попейте чаю.

Заход третий - с веником. Попариться веником - очень важная процедура. Хорошо бы на печку в это время бросить горсть

сухой мяты, эвкалипта либо плеснуть настоя трав. Важно лечь на полку и чтобы кто-то хорошо прошелся по телу веничком снизу вверх раз пять. После этого надо тело промыть мочалкой с мылом. Принять контрастный душ, а лучше - бултыхнуться на минутку в ледяной бассейн.

После этого наложить на лицо, руки и шею питательный крем либо маску. В такие минуты чувствуешь себя заново народившимся.

ЖАРКАЯ ПАМЯТЬ ПРЕДКОВ

Самые ранние упоминания о банях на Руси есть у Нестора в его "Повести временных лет". Апостол Андрей в Великом Новгороде видел бани. "Люди как нажарят их румяно, и взяв молодое прутье, так исхлещут себя, что выходят почти бездыханны, и остудят водой истомленное тело свое. И опять оживут. То творят мовенье себе, а не мученье".

Интересно, что еще в XVII веке в "домашних банях" мылись одновременно целыми семьями: мужчины, женщины, дети. Да и в общественных ("торговых") банях "люди всякого возраста и пола также парились и мылись вместе". И только в 1743 году сенатским указом было запрещено в "торговых" банях мыться мужчинам вместе с женщинами.

И вот баня благополучно дожидается до миллениума.

- Нравится мне баня, - говорит Елена Павловна. - Иду туда часа на четыре, чтобы весь ритуал провести не торопясь. В бане всегда найдется лидер, кто хорошо знает печку, когда и сколько пару поддать, когда и какой настой плеснуть на каменку. В Воронцовских банях у нас была подавальщица. Она делала настой трав, обходила нас всех и говорила: "Сейчас устройю вам ароматерапию". И вместе с горячим воздухом мы вдыхали необыкновенный аромат трав. Очень полезная штука!

И ЕЩЕ НЕСКОЛЬКО НЕХИТРЫХ СОВЕТОВ

- Баня тогда не принесет вреда, если будете ориентироваться на свое самочув-

ствие. Во всем будете соблюдать меру, особенно - не пересидеть в парной. От каждой процедуры получать удовольствие.

- В баню надо идти не голодным и не с полным желудком. Пить в бане только воду (чай, соки, морсы), никаких спиртных напитков. Нельзя даже пиво. Лучше всего - зеленый чай либо обычный, заваренный с травками - мелиссой, мятой, зверобоем.

Нельзя допускать длительного перегрева организма - может наступить даже обморок или тепловой удар. Первые признаки - тяжесть в голове, тошнота, головокружение, слабость, шум в ушах, побледнение кожи. В таких случаях надо помочь человеку быстро выйти из парилки, уложить на ровное место, где больше воздуха, положить на голову полотенце, смоченное холодной водой, дать побольше выпить воды.

Баня и пиво, а тем более водка несовместимы. Алкоголь значительно увеличивает нагрузку на сердце, которое итак при разогревании работает на максимуме. К тому же у принявшего на грудь притупляются реакции, восприятие жара и холода. Пиво можно себе позволить, но только после бани - оно приятно освежает, утоляет жажду, тонизирует, слегка возбуждает нервную систему.

ЛЕЙСЯ, ПЕСНЯ

Веник - это особая песня!

Самый лучший веник - березовый, утверждают знатоки. Он прочен и гибок. Поверхность листьев шероховатая, поэтому он хорошо прилипает к телу и впитывает пот. В листьях и почках содержится эфирное масло, дубильные вещества, витамин С, провитамин А. Отваром березовых листьев можно лечить раны. Парилка с березовым веником поможет при болях и ломоте в мышцах и суставах. При бронхите - расширяются мелкие сосуды и улучшается вентиляция легких.

Дубовый веник хорош для жирной кожи, при различных кожных заболеваниях и при гипертонии - при запаривании дубового веника выделяются вещества, способные снизить артериальное давление.

Знатоки парилки готовят веник заранее, за 6 часов до прихода в баню. Сухой веник надо обдать сначала теплой, затем

горячей водой и, встряхнув, положить в целлофановый пакет. А уже в бане запарить веник горячей водой в тазу и накрыть его целлофаном. Через несколько минут веник готов. Воду, в которой "настаивался" веник, не выливайте - она стала целебной. Ею хорошо мыть голову после парной.

КСТАТИ

Веник в бане творит чудеса, подобно хорошему массажу он усиливает кровообращение, разгоняет всякие застойные явления, улучшает обмен веществ. Кожные поры открываются и вместе с потом из организма уходят ненужные шлаки. Фитонциды, содержащиеся в листьях веника, в травах, делают свое дело. Они нейтрализуют болезнетворных микробов. Эфирные масла, попадающие на кожу, омолаживают кожу, не дают ей стареть.

Александра Зиновьева

Хороший поцелуй важнее секса

Поцелуй - это высшая точка близости, и в некоторых случаях он важнее секса, по крайней мере, для женщин.

К такому выводу пришли две группы ученых, немецкая и австрийская: они проанализировали значение поцелуя как для мужчин, так и для женщин. Более того: регулярно целоваться полезно для здоровья.

По данным немецкого исследования, в то время как мужчины рассматривают поцелуй в основном как привычку или своего рода обязательное упражнение, то женщины придают ему большее значение в плане интимности и в некоторых случаях считают его более важным по сравнению с сексом. "Женщины придают большую важность поцелуям, в то время как мужчины могут и вовсе без них обходиться", - сказала автор исследования Ингелоре Эбберфельд (Ingelore Ebberfeld), сексолог из Бремена. В исследовании приняли участие 514 человек в возрасте от 16 до 91 го-

да: из них 56% женщин и 44% мужчин сказали, что целуются с удовольствием. Хотя в конкретной ситуации полового акта различия в оценках между мужчинами и женщинами менее значимы: 9,7% женщин и 10,7% мужчин сказали, что не целуются во время интимной близости. В то же время исследование показало, что женщины часто ощущают в поцелуях большую интимность, чем во время полового акта. Этот аспект получил подтверждение и в ходе опроса среди проституток: лишь меньшая часть из них дает себя поцеловать во время секса за деньги. Распространенное объяснение - поцелуй для их работы считается слишком интимным. Две трети женщин, по данным немецкого эксперта, убеждены, что мужчина, умеющий целоваться, является хорошим любовником. Почти половина из них готова подписаться под фразой: "хороший поцелуй лучше совокупления". Напротив, две трети мужчин сказали, что не согласны с последним утверждением. Но вернемся к поцелуям. Исследование, проведенное Венским университетом, завершилось выводом о том, что регулярные поцелуи полезны для здоровья и могут иметь лечебный эффект. Ученые установили, что долгий и страстный поцелуй снижает не только кровяное давление, но и количество холестерина в крови, что, таким образом, снижает риск инфаркта. Кроме того, поцелуи укрепляют иммунную систему: с каждым поцелуем высвобождается большое количество бактерий, содержащихся в слюне, которые передаются от одного партнера к другому. Эти бактерии, в свою очередь, способствуют выработке антител, тренируя иммунную систему. Физическая польза поцелуев заключается также в тренировке, которой подвергаются различные зоны лица: было доказано, что в процессе поцелуя задействованы 25 лицевых мышц, сокращение которых приносит пользу не только лицу, но и всему телу.

Росбалт, 24.01.2006

Много работать вредно для здоровья

Много работать действительно вредно для здоровья, сообщает BBC News. К такому выводу пришли американские ученые из Массачусетского университета (University of Massachusetts), изучив более 11 тысяч документов. Люди, которым приходилось перерабатывать, на 61 процент чаще получали разнообразные травмы или болели по сравнению с теми, кто выработывал нормальный рабочий день.

Работа в течение 12 и более часов в день увеличивает риск заболевания или получения травмы на треть, а 60-часовая рабочая неделя опасна 23-процентным увеличением такой возможности. При этом, отмечает один из авторов исследования Аллар Дембе (Allard Dembe), нет зависимости от характера выполняемой работы.

Всего исследователями было изучено 110236 записей о работе за период с 1987 по 2000 год. Учитывалась работа одного человека в конкретной фирме, так что некоторые люди могли попасть в обзор несколько раз.

Ученые подчеркивают, что максимально безопасной можно считать 48-часовую неделю, в этом они поддерживают разработчиков Европейской директивы о рабочем времени, которая предполагает введение в Евросоюзе именно такой продолжительности труда. В настоящее же время, например, в Британии, 14 процентов населения работают больше, чем 8 часов в день.

Источник: <http://mednovosti.ru>

Как устоять перед уличным гипнозом?

1. Цыганки подходят с невинной просьбой, типа "угостите сигареткой". Так они "цепляют" человека. Быстро пройдите мимо!

2. Если гадалка вас задержала, не смотрите ей в глаза. Не отвечайте на вопросы. Не рассказывайте о себе. Она использовать эту информацию, чтоб ввести в транс.

3. Разговаривайте насмешливым тоном: "Знаю я ваши штучки!".

4. Повторяйте за ней, как попугай, окончания ее же фраз. Этот прием обезоруживает гипнотизера.

5. Если вас обдурили, немедленно идите с заявлением в милицию.

А потом на прием к психотерапевту. Последствия уличного гипноза могут быть серьезными.

Так, что, если вы узнали на фото гадалку (ее зовут Елена Каркачева), которая выманила у вас деньги, позвоните по телефону в Магнитогорске (3519) 37-59-62, 37-59-52, 36-93-73



Лидия ПАВЛЕНКО

В России катастрофически не хватает хосписов

В России катастрофически не хватает хосписов, где безнадежные больные могли бы получить необходимые лекарства и уход. В России ежегодно умирают от рака 320 тысяч человек. На учете в настоящее время состоят два миллиона больных, ежегодно регистрируются еще 400 тысяч заболевших.

В Москве живет свыше 300 долгожителей

В Москве живет свыше трехсот человек, возраст которых превысил 100 лет. По данным московских властей, средняя продолжительность жизни в столице увеличилась за последние 15 лет.

Пиво спасает от раковых опухолей

Итальянские ученые утверждают, что пиво препятствует развитию раковых опухолей, и тот, кто часто пьет этот напиток, может дожить до ста лет.

Как сообщает в пятницу еженедельник "Венерди" (Il Venerdì), это открытие сделали итальянские ученые из геновского Института опухолей, которые занимаются поисками фармакологических препаратов против рака.

"Мы исследовали состав пива и обнаружили, что оно содержит большое количество молекул, уже известных, которые препятствуют развитию злокачественных образований в человеческом организме", - сказала в интервью журналу заместитель директора института по научной части Адриана Альбини.

"Наиболее полезное в этом отношении пиво, у которого более горький вкус и которое дает более плотную пену. Подобными свойствами также обладают красное вино и чай, однако в этих напитках концентрация антираковых молекул намного меньше, чем в пиве", - уточнила она.

Источник: РИА Новости

В каждом десятом случае диагноз рака ошибочен

Исследование лабораторных проб на рак у пациентов показало, что случаи ошибок в диагностике этого заболевания довольно часты, сообщает Reuters. Так, при постановке диагноза врачи ошибаются примерно в 11,8 процентах случаев.

В ходе исследования, результаты которого были опубликованы в журнале Cancer, ученые подсчитывали ошибки в диагностике рака у пациентов, наблюдавшихся по поводу этого заболевания в 2002 году в одном из четырех специализированных институтов. Частота допускаемых медиками ошибок оказалась индивидуальна в каждом институте и варьировалась от 1,79 процента до 9,42 процента для случаев заболевания раком в гинекологии и от 4,87 до 11,8 процента - для всех остальных случаев.

По мнению авторов работы, в половине случаев врачи ошибаются потому, что берут для анализа недостаточное количество биологического материала. Впоследствии это приводит к неправильной интерпретации полученных данных. Кроме того, не существует единой для всех институтов качественной методики диагностирования рака, а у врачей нет возможности тщательнее изучать длинные истории болезни пациентов.

Вместе с тем, как показывают более поздние анализы, не распознанное во время онкологическое заболевание быстро прогрессирует и в 45 процентах случаев приводит к удалению какого-либо органа или смерти пациента.

Источник: Медицинское информационное агентство Mednovosti.ru

Из писем в журнал «Здоровье»

1. Ваш журнал - прекрасный учебник жизни и смерти.
2. Мне сказали, что от веснушек можно избавиться, если опустить лицо в муравейник на 5 - 6 минут.
3. Высылаю вам форму свего носа.
4. Нам хочется побольше узнать о половом сношении: как и с кем его нужно проводить.
5. Что нужно делать, чтобы был правильный дефект речи?
6. Буду писать прямо, причем по национальности я киргиз.
7. Покажите нам по телевизору врача-невропатолога.
8. Как вывести ворсистость на лице?
9. Ваш журнал не реагирует на мой зов, который я испускаю не впервые.
10. Так как я к умным не отношусь, решил обратиться в ваш раздел Здоровье.
11. Ваши статьи о половом воспитании способствуют укреплению воинской дисциплины.
12. За хорошую работу меня наградили доской почета.
13. Я страдаю половой слабостью по месту жительства.
14. С детства и до замужества я не знала, что такое болезни, была здорова вдоль и поперек.
15. Почему, когда я пью газировку, меня шибает не в нос, а в самую макушку?
16. Где лечат глаукому лучем Лазера?
17. Я плаваю по верхам в половом вопросе, так как знаний в институте не получил.
18. Я заболел и ушел в свою болезнь целиком, даже профвзносы перестал платить.
19. Я не могу иметь детей, если есть проросшие искусственные зародыши хорошего качества, нельзя ли завести в аптеки г. Пензы?
20. Пишу свое горе с большим удовольствием.
21. У меня есть жена, если можно так выразиться.
22. Я лечился 10 лет, причем 7 из них - в тюрьме.
23. Она оскорбляет меня отглагольными прилагательными сексуального характера.
24. Не вредны ли фрукты с кладбища?
25. Я себя чувствую, но плохо.
26. Я ни с кем в анатомической близости не была.
27. Что со мной будет с научно-популярной точки зрения?
28. Говорили, что этим летом трудно загорать, еще говорили, что в Москве было совещание.
29. Если бы я был полноценным мужчиной, как бы это было приятно мне и окружающим.
30. В Ереване нет презервативов, сколько можно работать без них?
31. Мой возраст - 56 лет, пол мужской, профессия - сутки работаю, сутки отдыхаю.

32. Адрес - раздел Здоровье, подраздел половых сношений.
33. Без техники безопасности в половом вопросе не обойтись.
34. Моя дочь состоит на учете у врача - носоглотка.
35. Я работаю учительницей, но гнусавлю, ведь не хотели бы вы, чтобы вашему сыну преподавал учитель - гнус?
36. Прочли вашу статью, но не поняли, что такое шейка матки.
37. Я уже обращался в кожевенный диспансер.
38. Я представляю мешок с болезнями.
39. Только не называйте моей фамилии - враз помру.
40. Что такое аборт? Моя подруга говорит одно, я - другое. Кто прав?
41. После снятия черепа я пришел к врачу.
42. Моя жена слепнет без сношения.
43. Что нужно делать при слабом сексе?
44. Испытываю адские боли в области человека и личности.
45. Мне 38 лет, работаю передовиком производства.
46. Могут ли от половых сношений ноги стать кривыми?
47. Я вся чешусь, причем не рукой, а вилок.
48. У меня сложная и красивая фигура.
49. В Москве есть профессор по главному мозгу.
50. Я выписался из госпиталя на добровольных началах.
51. По своей воле больные могут пойти к врачу сексуалисту.
52. Как можно поправить неправильные черты ноги?
53. Как вступить в половые сношения, чтобы не обидеть женщину?
54. В молодости я занимался долгое время самообслуживанием, сейчас мне 40 лет, и к семейной жизни я не пригоден.
55. Как жить в таком случае - я очень быстр в жизни с женщинами?
56. Как избавиться от храпа? Пробовал спать в противогазе, обращался в санчасть - не помогает.
57. В поезде женщина упала: ее стало бить, когда пробило, она встала.
58. Я не работаю, только и знаю бегать в туалет, причем брюки снимать не успеваю.
59. Заведующая смотрит на мою морду - она красная.
60. Куда устроиться девушке - инвалиду, которая болеет 2-3 месяца, в остальное время очень остроумна и ищет работу.
61. Могут быть причиной бесплодия безразмерные плавки?
62. Мне 23 года, я не замужем (в исконном российском смысле этого слова).
63. Полтора года назад у меня перестал работать сексуальный аппарат и теперь он опять в летаргическом состоянии.

КАК ОПУБЛИКОВАТЬСЯ В ГРАФОМАНЕ

К публикации принимаются литературные произведения на русском языке от всех авторов, независимо от их места жительства и гражданства. Особо приветствуются произведения юмористического направления.

ГРАФОМАН сегодня издаётся за счёт средств самих авторов.

Для публикации необходимо:

1. Выслать по электронной почте в адрес: **sp@federation.name** комплектно:
 - произведения в готовом для публикации виде, объёмом до 35 тыс. знаков (с пробелами)
 - отсканированную фотографию автора, размером оригинала не менее 9 x 12 см хорошего качества (желательно неформальную)
 - литературно (не плохо, если с юмором) изложенную автобиографию.

Дискеты или CD-диски можно присылать по адресу:
SVAZ RUSKOJAZYČNÝCH SPISOVATELŮ V ČESKÉ REPUBLICĚ
Janskeho 2509
Praha 5, 155 00
Czech republic

2. При согласии на публикацию автору будет направлен Договор об использовании его литературных материалов и условиях публикации. Подписанный Договор автор пересылает по факсу: +420 235 518 828 или в отсканированном виде по электронной почте: sp@federation.name и одновременно с этим производит оплату.

Публикация произведений объёмом более 35 тыс. знаков оговаривается отдельно.

3. Авторы, проживающие в Чехии, оплачивают 1000 крон за публикацию и лично получают в Праге три авторских экземпляра ГРАФОМАНА.

4. Авторы, проживающие за пределами Чехии, оплачивают за публикацию 45 долларов США и по 4 доллара за каждый пересылаемый им почтой авторский экземпляр.

Банк: ČSOB
Адрес банка: V Hůrkách 1296/10, Praha 5, 158 00
Счёт: 197326097/0300
Получатель: SVAZ RUSKOJAZYČNÝCH SPISOVATELŮ V ČESKÉ REPUBLICĚ
SWIFT: CEKOCZPP

Рукописи принимаются ТОЛЬКО по электронной почте, на дискетах или CD-дисках, не рецензируются и не возвращаются. В переписку по поводу непринятых произведений редакция не вступает.

Произведения членов Союза русскоязычных писателей в Чешской Республике печатаются в первую очередь.

Информацию о Союзе русскоязычных писателей в ЧР и условиях вступления в Союз смотрите на официальном сайте СРП: <http://www.federation.name>