

Н. В. Гришина



САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ

ВВЕДЕНИЕ В ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНУЮ ПСИХОЛОГИЮ

психология

Учебное пособие

ГУМАНИСТИЧЕСКОЕ ДВИЖЕНИЕ
В ПСИХОЛОГИИ XX В. ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНАЯ
ФИЛОСОФИЯ
ЧЕЛОВЕК И ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНЫЙ
АНАЛИЗ
МОТИВАЦИЯ
ФРАНКЛ САРТР
ИДЕНТИЧНОСТЬ НИЦШЕ
ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ
КЬЕРКЕГОР
БИНСВАНГЕР МЭЙ
АДАПТАЦИЯ ЯЛОМ
САМОАКТУАЛИЗАЦИЯ
САМОТРАНСЦЕНДЕНЦИЯ
БОСС ГУ
ОПЫТ ЯО
ХАЙ ЕРС
ЭГГЕР

Психология (СПбГУ)

Наталия Гришина

**Введение в экзистенциальную
психологию. Учебное пособие**

«Санкт-Петербургский государственный университет»

2015

ББК 88.37

Гришина Н. В.

Введение в экзистенциальную психологию. Учебное пособие
/ Н. В. Гришина — «Санкт-Петербургский государственный
университет», 2015 — (Психология (СПбГУ))

ISBN 978-5-288-05649-9

Учебное пособие предназначено для бакалавров, специалистов и магистров факультета психологии СПбГУ как дополнение к лекционным курсам «Основы экзистенциальной психологии» и «Экзистенциальная психология». Также оно может быть использовано преподавателями и студентами факультетов психологии других вузов при проведении занятий по курсам «Психология личности» и «История психологии».

ББК 88.37

ISBN 978-5-288-05649-9

© Гришина Н. В., 2015
© Санкт-Петербургский
государственный университет, 2015

Содержание

От автора	6
Глава 1. Возникновение экзистенциальной психологии	8
1.1. Гуманистическое движение в психологии XX в.	9
1.2. Из истории формирования экзистенциальной традиции: экзистенциальная философия и экзистенциальный анализ	13
Конец ознакомительного фрагмента.	16

Наталия Гришина
Введение в экзистенциальную
психологию: учебное пособие

© Санкт-Петербургский государственный университет, 2015

* * *

От автора

Надо решить для себя вопросы: кто я? Чего хочу? Нужна ли мне свобода? Готов ли я к ответственности? Могу ли испытывать страдание? Есть множество людей, которые совершенно созрели для того, чтобы задать себе эти вопросы, но никто не сказал им, что такие вопросы задавать нужно, а сами они не догадались.

Л. Улицкая. Священный мусор

Развитие психологии всегда было неразрывно связано с проблемами своего времени. Именно вызовы социальной реальности часто становятся стимулом к новым поискам психологов, к новым поворотам в развитии психологической науки и практики.

Понятие «вызов» используется в гуманитарных науках для обозначения изменений условий жизни, выступающих в качестве «задачи», требующей «ответа» – со стороны культуры, сообществ людей и отдельного человека.

Психология, возможно, как никакая другая гуманитарная наука, испытывает на себе влияние вызовов изменяющейся реальности. Наша задача состоит в том, чтобы осознать эти изменения и их влияние на жизнь современного человека, найти релевантные подходы к их описанию и анализу и адекватные способы помощи человеку, переживающему эти проблемы.

Экзистенциальный подход в гуманитарной науке возникает как ответ на кризисы современного общества, а в психологии связан с необходимостью развития тех ее областей, которые отвечали бы потребностям своего времени.

Экзистенциальные, «философские» вопросы человеческого существования все острее встают сегодня перед человеком, что в немалой степени связано с изменениями пространства жизни человека. Наиболее фундаментальное из них – это переход от относительной стабильности общества к нынешней «текущей реальности», для которой характерны рост неопределенности, снижение роли внешних детерминант поведения и соответствующее усиление внутренней детерминации, самодетерминации поведения, фактически осуществляемый человеком выбор своего жизненного сценария и – как следствие – ответственность человека за свое собственное существование.

В центре внимания экзистенциальной психологии – наиболее острые проблемы, переживаемые человеком, это психология «больших вопросов». В свое время Г. Гарднер ввел понятие «интеллект больших вопросов», который связан со склонностью человека размышлять о самых значимых, фундаментальных проблемах бытия – о жизни и смерти, о существовании человека в этом мире и его смыслах. Сегодня имеется немало свидетельств в пользу того, что потребность человека в высших смыслах своего существования возрастает.

Психологи экзистенциального направления считают, что развитие человека определяется его выбором, человек творит самого себя, и важнейшим условием его развития становится его диалог с миром, поэтому человек должен изучаться в контексте, во взаимодействии с окружающим миром.

Развитие современной цивилизации в определенном смысле обостряет фундаментальные проблемы человеческого существования. Современные ученые отмечают, что традиционная психология не всегда может объяснить феномены, выходящие за пределы «заданности» психологическими и ситуационными параметрами. Экзистенциальная психология является ответом на очевидную необходимость выхода психологической науки на новый уровень описания проблем человека, его взаимоотношений с окружающим миром, на необходимость помощи человеку в решении фундаментальных задач его существования.

Очевидное значение проблематики, которой занимается экзистенциальная психология, ее ориентация на самые главные вопросы человеческого существования, задачи, которые она перед собой ставит, позволяют утверждать, что в перспективе именно экзистенциальные подходы могут выйти на авангардные позиции в науке. Подтверждением этому служит их интенсивное развитие в первое десятилетие нового века.

Несмотря на увеличивающийся поток литературы психологического содержания, составить представление об экзистенциальной психологии не так просто. Имеющиеся в отечественной науке издания по данной тематике крайне ограничены и чаще относятся либо к философским аспектам экзистенциальных подходов, либо, напротив, ориентированы на практическую работу психотерапевтов с экзистенциальной тематикой и фактически не раскрывают содержания современной экзистенциальной психологии.

Данное учебное пособие призвано частично восполнить имеющиеся пробелы. Оно представляет собой введение в проблемы экзистенциальной психологии, отражая ее возникновение, особенности экзистенциального подхода, проблемное поле и основную тематику.

Учебное пособие является дополнением к лекционным курсам «Основы экзистенциальной психологии» для бакалавриата и «Экзистенциальная психология» для магистерских программ обучения.

Глава 1. Возникновение экзистенциальной психологии

Возникновение гуманистического направления в психологии в середине XX в. создало условия для появления новых тенденций в ее развитии, одной из которых становится формирование экзистенциального подхода. Экзистенциальная психология оформляется под влиянием идей экзистенциальной философии, экзистенциального анализа и гуманистической психологии. Экзистенциальная психология обретает самостоятельный научный статус в психологии в последние десятилетия XX в., в XXI в. влияние экзистенциального подхода в психологической науке начинает возрастать.

1.1. Гуманистическое движение в психологии XX в.

Одной из примечательных тенденций развития психологии первого десятилетия XXI в. является рост влияния экзистенциальных подходов, которые, по мнению ряда специалистов, в перспективе претендуют на лидирующие, авангардные позиции в науке.

Возникновение новых направлений и подходов в психологии имеет свою историю и свои основания.

Психология оформляется в самостоятельную научную дисциплину, обретает свой самостоятельный статус в период, когда наука исходит из картины детерминированного мира, а свою задачу видит в поиске и выявлении причинно-следственных связей, лежащих в основе разнообразных процессов – от характерных для материального, физического мира до общественных и социальных процессов. Классическая психология формируется на тех же основаниях и направлена на описание и изучение человека как детерминированного существа.

Под влиянием стремления к созданию «объективной» науки в психологии на начальных этапах ее становления сформировалась научная идеология, утверждавшая «господство позитивистской эпистемологии», в соответствии с которой «факты “даны” в окружающей действительности», а «подлинно научный критерий – это эксперимент» [Московичи, 1984, с. 218]. На ее основе складывается строгий канон научных исследований, а наука отождествляется с определенными стратегиями и методами исследования, вследствие чего за ее рамками остается все, что не соответствует этому канону, и это существенно сужает проблемное поле исследований человека. Следствием данного подхода становится фактический отказ от обсуждения *сущностных* вопросов психологии, нечто «вроде *молчаливого компромисса*, когда мы избегаем иметь дело с вопросами, касающимися сущности законов, к которым имеет отношение наша дисциплина, и все сводим к способу их проверки» [Там же].

Явные и неявные ограничения, которые налагают на психологию соответствующий канон научных исследований и установки самих психологов, существенно обедняют психологическую науку. Постепенно «редуцированная» психология становится объектом критики со стороны психологов, интересующихся исследованиями личности (Г. Мюррей, Г. Оллпорт, Г. Мерфи и др.). Еще более радикальную позицию занимают представители «новой волны» в психологии, по мнению которых наука не может игнорировать реальные жизненные проблемы людей и не должна «отречься от проблем любви, творчества, ценностей, красоты, воображения, этики и удовольствия» [Маслоу, 2002, с. 12].

Неудовлетворенность части психологов отрывом психологической науки от реальности и ее изменений становится основанием возникновения «третьей силы» в психологии. Это неформальное название закрепилось за гуманистической психологией, поскольку, выдвигая новые задачи перед психологической наукой и предлагая новое, отличное от принятого в психологии того времени, видение человека, она фактически выступает одновременно и против интрапсихического детерминизма психоанализа, и против механистического детерминизма бихевиоризма, в попытках «выйти за пределы дилеммы “бихевиоризм – психоанализ”, открыть новый взгляд на природу психики человека» [Шульц Д., Шульц С., 1998, с. 471]. Идеи новой психологии рождаются в атмосфере острых дискуссий: «гуманистические психологи критикуют ведущие психологические школы первой половины XX века за редуцированную модель человеческой природы. Именно борьба за новый и лучший концепт человечности обеспечивала мотивацию раннего расцвета гуманистической психологии» [Moos, 2001, p. 5].

Появление гуманистической психологии и надежды, которые с ней связывались, основывались на ее открытости актуальным потребностям своего времени. Ее появление, как принято считать, было связано и с теоретическими проблемами тогдашней психологии, и с ее неспособностью отвечать на практические запросы своего времени, обеспечить теоретические

и методологические основания психологической работы со здоровыми людьми, найти удовлетворительную альтернативу изживавшей себя идее приспособления как главной цели жизни человека и объяснительные модели психологических проблем здоровых людей.

Понимание логики развития такой научной области, как психология, требует учета не только самих научных тенденций, но и особенностей социального контекста и изменяющейся реальности. Развитие психологии, ее прикладных и практических областей всегда было неразрывно связано с проблемами своего времени. Именно вызовы социальной реальности часто становились стимулом к новым поискам психологов, к новым поворотам психологической науки и практики.

Историки науки практически единодушно связывают возникновение гуманистической психологии с особенностями социальной ситуации 1960-х годов. Крах ценностей и идеалов прошлого, стремление к новым идеалам и способам существования, интеллектуальный поиск, оживление философской мысли, этот дух времени, атмосфера перемен, движение «по направлению к жизни», характеризующие социальную ситуацию и ситуацию в гуманитарной мысли, захватывают и психологию. В умонастроениях тогдашнего общества происходят кардинальные изменения, нашедшие свое отражение также в разного рода неформальных движениях, среди которых самыми яркими стали волнения молодежи, так называемая «студенческая революция» во Франции 1968 г., движение «хиппи», интеллектуальный поиск французских «левых». Общее основание этих движений – поиск новых ценностных моделей существования, новых способов диалога человека с этим миром. Оппозиция этих новых смыслов человеческого существования его старым моделям сформулирована Э. Фроммом в виде названия его книги «Иметь или быть» (1976).

Появление гуманистического подхода, таким образом, стало следствием новых тенденций в психологии и необходимости ответов на вызовы реальности. Историки психологии считают, что «гуманистическая психология способствовала оформлению тех изменений, которые уже назрели в психологической мысли» [Шульц Д., Шульц С., 1998, с. 480]. Описывая эту новую психологию, Н. Смит отмечает, что она «посвящена вопросам самоактуализации, креативности, любви, автономии, “Я”-существования, радости и печали, смысла, удовлетворения потребностей, предназначения и выбора», и даже если эти понятия не являются до конца определенными, «эти темы звучат более приближенно к реальной жизни, чем те, что предлагает психология, которую интересуют вопросы выработки условных реакций у крыс или голубей, и более интригующе, чем такие темы, как научение, восприятие и мотивация, “нейронные основы” поведения, “психические” измерения, методология исследований или “обработка информации”, которым обычно посвящены обзорные курсы психологии. Более того, возможно, они звучат именно так, как, по предположению человека, собирающегося заняться изучением психологии, и должны звучать темы, которые рассматривает эта наука» [Смит, 2003, с. 116].

Гуманистическая психология пытается вернуть психологии ее первоначальный, «человеческий» смысл. Не случайно фактически первый вышедший в России сборник работ, посвященных тематике гуманистической психологии, получил название «Психология с человеческим лицом» (1997).

Гуманистическая психология возникает в оппозиции к психоанализу и бихевиоризму, она отстаивает другую психологическую науку, ориентированную на изучение психологических особенностей и психологической реальности здорового человека, направленного на реализацию своего потенциала и своих возможностей. Гуманистические психологи предлагают принципиально иной взгляд на природу человека, отличный от прежней, «классической» психологии. Человек, с их точки зрения, – это активный, свободный субъект, способный выстраивать свою жизнь, направленный на реализацию своего потенциала и своих возможностей. Сама

жизнь представляет собой процесс реализации тенденции к максимальному выражению заложенного в человеке потенциала, процесс самоактуализации.

Благодаря ученым, работавшим в рамках гуманистического направления, психология обращается к фундаментальным проблемам человеческого существования. И в какой-то мере, безусловно, оправдан пафос А. Маслоу, который отождествлял гуманистическое направление в психологии с революцией «в истинном, старейшем смысле этого слова», т. е. говорил о «создании нового способа восприятия и мышления, нового образа человека и общества, нового понятия об этике и ценностях, нового направления движения» [Маслоу, 2002, с. 7].

Модель самоактуализации, положенная в основу теоретических представлений гуманистической психологии о развитии и полноценном функционировании личности, отвечала представлениям своего времени о целях человеческого существования, стремлении человека «быть самим собой». Соответственно психологические проблемы человека интерпретируются как следствие неэффективности его самоактуализации; напротив, успешная самоактуализация, основанная на реализации потенциала и личностном росте, создает условия психологического благополучия. Ценность самоактуализации рассматривается как очевидная: свобода самовыражения, право на собственный выбор и собственную жизнь были созвучны настроениям своего времени и идеалам разнообразных неконформистских движений.

Принципы и идеи гуманистического подхода оказали несомненное влияние на развитие психологии XX в. Считается, в частности, что «гуманистическая психология стоит у истоков движения когнитивной психологии. Основатель когнитивной психологии Ульрик Найссер отмечал, что на него “самое сильное влияние оказал дух гуманистической психологии. Собственно, когнитивный подход и есть гуманистический взгляд на организм человека”» [цит. по: Шульц Д., Шульц С., 1998, с. 480].

Энтузиазм первого поколения гуманистических психологов, опиравшийся на критику тогдашней психологии, позволил им утвердить право на существование «третьей психологии». Единодушие в критике психоаналитиков и бихевиористов, однако, не обеспечивает полного совпадения идей и взглядов в отношении платформы гуманистической психологии. Представители гуманистической психологии, в том числе и ее лидеры, начинают сталкиваться не только с задачами отстаивания своих идей в мире психологии, но и с внутренними проблемами своего движения. Так, Маслоу и Сютч довольно быстро начинают испытывать разочарование в связи с трансформацией гуманистических идей, вынесшей, по их мнению, духовность «за скобки». Они уходят с редакторских и организационных позиций в гуманистическом движении и в 1969 г. основывают *Журнал трансперсональной психологии* и Ассоциацию трансперсональной психологии. В новом фокусе их внимания – духовное измерение существования, актуализация себя и своей сущности, метаценности, медитация и высокие состояния сознания.

Дальнейшее развитие идей гуманистического подхода постепенно приводит к расхождению взглядов его представителей. Внутренняя полемика в рамках гуманистического направления в конце 1980-х годов рождает серьезную дискуссию, начатую статьей Дж. Роуэна под примечательным названием «Две гуманистические психологии или одна?» [Леонтьев, 1997а, с. 41]. Эта дискуссия имела большие последствия для общего гуманистического движения, в рамках которого постепенно начинают выделяться отдельные относительно самостоятельные направления. Д. А. Леонтьев, много сделавший для пропаганды идей гуманистической психологии в отечественной психологии, считает, что «выполнив свою консолидирующую роль как “третья сила”, гуманистическая психология превратилась в одно из направлений современной психологии, тесно связанное с остальными направлениями» [Леонтьев, 1997б, с. 28].

Следует признать, что гуманистическая психология оказалась достаточно чуткой к проблемам своего времени. По мнению историков науки, она была «самым широким и согласованным теоретическим направлением в психологии 1950-х гг.» [Лихи, 2003, с. 413].

Оценка подлинного влияния того или направления в науке требует более широкого контекста, чем координаты актуальной ситуации. Это тем более актуально для психологии, объект исследования которой не остается неизменным. Безусловно, однако, что гуманистическая психология, изменив лицо психологии, создала условия для появления новых тенденций в ее развитии, в том числе задающих новые векторы психологии XXI в.

1.2. Из истории формирования экзистенциальной традиции: экзистенциальная философия и экзистенциальный анализ

Считается, что экзистенциальная психология сформировалась под влиянием нескольких научных традиций, основными среди которых являются экзистенциальная философия, экзистенциальный анализ и гуманистическая психология.

Описывая историю развития экзистенциальной мысли, Р. Мэй начинает ее с лекций Шеллинга, которые в 1841 г. он читал в Берлинском университете. Едва ли не самым примечательным моментом этих лекций была их аудитория, в которой находились те, кому впоследствии предстояло стать более знаменитыми, чем их учитель, – Кьеркегор, Энгельс, Бакунин. 40-е годы XIX в. становятся началом экзистенциального направления в философии. В это время выходят работы Кьеркегора, Шопенгауэра, ранние работы Маркса.

Именно *Серен Кьеркегор* (1813–1855) считается признанным лидером экзистенциального интеллектуального движения в XIX в.¹

Впрочем, назвать Серена Кьеркегора лидером можно лишь с известной натяжкой – ровно настолько, насколько это энергичное понятие связывается с фигурой трагического затворника. Кьеркегор прожил свою короткую жизнь в Копенгагене, где получил образование в области теологии и философии. Он вступил в острую полемику с официальной церковью, прессой и последователями философии Гегеля. Следует помнить, что XIX в. был временем особенных успехов естествознания с его принципами обобщения и систематизации, в философии нашедших свое воплощение в идеях Гегеля.

Именно оппозиция гегелевской философии во многом повлияла на взгляды Кьеркегора, в центре которых находился «единичный» индивид. Датский философ в крайне резкой форме критиковал систему Гегеля за ее абстрактность, в которой конкретный человек утрачен, принесен в жертву принципам универсальности и абсолюта. Альтернативой гегелевской системе, по Кьеркегору, является личность, «единичный» индивид. Кьеркегор потому и считается основателем экзистенциализма, что он сформулировал его базовую позицию – экзистенция человека как свобода и возможность. Сам Кьеркегор, в соответствии со своей философской позицией, приговорил себя к одиночеству и страданию и прожил свою жизнь в соответствии с этим решением.

Центральное понятие экзистенциальной философии, ставшее ее названием, – экзистенция – «возможность быть». Этим человек отличается от окружающего мира, от мира растений и животных, он есть то, чем он решил быть. «С духовной стороны человека характеризует его свойство быть единственным в своем роде. В животном мире преобладает родовое начало, а потому царствует необходимость, законы которой изучает наука. В сфере становящегося, исторического, событийного экзистенция уже больше напоминает царство свободы. Человек выбирает свое бытие, а значит, его экзистенциальная реальность не столько необходимость, сколько возможность» [Реале, Антисери, 1997, с. 159–160].

Д. А. Леонтьев в своей работе по проблемам психологии выбора отмечает, что «глубокий и блестящий анализ» темы выбора, принадлежащий Кьеркегору, до сих пор во многом остается непревзойденным. Особенность позиции философа в том, что «Кьеркегор задает экзистенциальный ракурс рассмотрения выбора не как отдельного психического акта или рационального решения, а как ситуации, в которую оказывается неминуемо вовлечена вся личность в целом.

¹ Подробнее см. *Персоналии*, где приводится дополнительная информация об ученых, оказавших наибольшее влияние на формирование экзистенциальной психологии.

Выбор или уход от него имеют последствия для всей жизни человека и для его Я, последствия, существенно выходящие за рамки того порой частного вопроса, который является предметом решения» [Леонтьев, 2014б, с. 57].

Место Кьеркегора в философии во многом определяется именно тем, что он первым в европейской философии предлагает принципиально иной, отличный от принятого взгляд на природу человека: человеческое существование не может быть сведено к законам существования природы, а значит, должно иначе описываться и пониматься. Человек выбирает свою жизнь, и в этом его величие и его уникальность.

Зародившиеся в 40-е годы XIX в. идеи, забытые в последующие декады, вновь привлекают внимание в 80-е годы благодаря работам Дильтея, Бергсона и – особенно – **Фридриха Ницше** (1844–1900).

Именно от Ницше прозвучал услышанный призыв «стать тем, что вы есть». Комментируя этот известный тезис Ницше, Флайн пишет: «Мы рождаемся биологическими существами, но мы должны стать экзистенциальными индивидами, принимая ответственность за свои действия... Многие люди никогда не узнают такой ответственности, но, скорее, уходят от своей экзистенциальной индивидуальности в комфорт безликой толпы» [Flynn, 2006]. «Формула величия человеческого бытия» Ницше акцентировала внимание на важности каждого момента проживаемой нами жизни, на полноте ее проживания. Его возвышенные и романтические идеи приобретают популярность, но как философские и моральные идеи считаются довольно слабыми. Возможно, Ницше импонировал последующим поколениям экзистенциалистов своим бунтарским духом, но его слава выходит за пределы философии прежде всего благодаря влиянию Ницше на писателей [Стретерн, 2014].

XX век усиливает актуальность проблем, которые почувствовали или предчувствовали С. Кьеркегор и Ф. Ницше. После Первой мировой войны, обострившей кризисные проблемы западного общества и возродившей интерес к духовному поиску первого поколения экзистенциальных философов, начинается третий этап в развитии экзистенциальной мысли.

По свидетельству историков науки, экзистенциализм, или философия существования, утвердился в Европе в период между двумя мировыми войнами и явился ответом на социальные и духовные кризисы своего времени. В отличие от разных форм «философского оптимизма» «экзистенциализм рассматривал человека как конечное существо, “заброшенное в мир”, постоянно находящееся в проблематичных и даже абсурдных ситуациях» [Реале, Антисери, 1997, с. 397]. «Экзистенциализм – философия суровая и трезвая. В центре ее исследований находится человек, ставший благодаря опыту двух мировых войн реалистичным. Сил человеку едва хватает на то, чтобы существовать и внутренне справляться с бременем судьбы. Вот почему именно экзистенциалисты приступили к разработке философского понятия “человеческое бытие”, выразившего особую форму человеческой реальности» [Гуревич, 2009, с. 14].

Новыми лидерами экзистенциального движения становятся М. Хайдеггер и К. Ясперс.

Мартин Хайдеггер (1889–1976) считается наиболее видным представителем экзистенциальной философии XX в. Его значение для экзистенциальной психологии определяется тем, что, по мнению авторов авторитетного издания по теориям личности К. Холла и Г. Линдсея, «Хайдеггер – своего рода мост к психологам и психиатрам» [Холл, Линдсей, 1997, с. 308]. Главные вопросы, которыми задавался Хайдеггер: что такое бытие? Что значит существовать? В чем смысл бытия? В своих работах он ставил цель создания онтологии, определяющей смысл бытия. Центральная идея философии Хайдеггера – это постулат о том, что индивид есть бытие-в-мире. Он означает, что человек – это не объект, взаимодействующий с другими объектами в этом мире, но он не должен рассматриваться и как субъект, противостоящий миру. «Люди существуют через бытие-в-мире, а мир обретает свое существование, поскольку есть раскрывающее его Бытие» [Там же]. Хайдеггер обозначает человеческую реальность понятием *Dasein*,

которое переводится на русский язык как «вот-бытие», «здесь-бытие», «присутствие» и др., однако в современной литературе все чаще используется без перевода.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.