

ЗИГМУНД 
ФРЕЙД

ТОЛКОВАНИЕ
СНОВИДЕНИЙ

СНОВИДЕНИЕ –
ПОЛНОЦЕННОЕ
ПСИХИЧЕСКОЕ ЯВЛЕНИЕ.
ОНО – ОСУЩЕСТВЛЕНИЕ
ЖЕЛАНИЯ

В Е Л И К И Е И Д Е И



Великие идеи

Зигмунд Фрейд

Толкование сновидений

«ЭКСМО»

1900

УДК 159.964.2
ББК 88.6

Фрейд З.

Толкование сновидений / З. Фрейд — «Эксмо»,
1900 — (Великие идеи)

ISBN 978-5-699-84265-0

Зигмунд Фрейд – знаменитый ученый, основатель психоанализа. Его новаторские идеи оказали огромное влияние на психологию и всю западную цивилизацию XX века и на протяжении всей его жизни встречали критику в научном сообществе. Среди крупнейших достижений Фрейда: психологизация понятия «бессознательное», разработка теории эдипова комплекса, создание метода свободных ассоциаций и методики толкования сновидений. «Толкование сновидений» Зигмунда Фрейда – одна из самых популярных книг XX века, переведенная практически на все языки мира и выдержавшая огромное количество переизданий. Основным предмет исследования в «Толкованиях сновидений» – бессознательное, та часть сознания, которая недоступна восприятию человека, но при этом управляет его желаниями и поступками. Изучение символического значения того, что видится человеку во сне, помогает разобраться в его страхах, подавленных желаниях и психологических проблемах.

УДК 159.964.2

ББК 88.6

ISBN 978-5-699-84265-0

© Фрейд З., 1900

© Эксмо, 1900

Содержание

Основатель психоанализа	7
Предисловие	8
Метод толкования сновидений	9
Конец ознакомительного фрагмента.	15

Зигмунд Фрейд

Толкование сновидений

© ИП Сирота, текст, 2015

© ООО «Издательство Эксмо», 2019

По Фрейду, сновидения представляют собой:

1. Предвидение будущего
2. Осуществление желания
3. Воплощение подсознательного страха
4. Выражение ослабленной мозговой деятельности

Правильный ответ вы сможете узнать, прочитав эту книгу...



Зигмунд Фрейд 1856–1939

Основатель психоанализа

Зигмунд Фрейд – знаменитый ученый, основатель психоанализа. Его новаторские идеи оказали огромное влияние на психологию и всю западную цивилизацию XX века. Среди крупнейших достижений: обоснование понятия «бессознательное», разработка теории эдипова комплекса, создание метода свободных ассоциаций и методики толкования сновидений.

1856 – Зигмунд Фрейд родился в чешском городе Фрайберг в семье небогатого торговца.

1873 – Зигмунд Фрейд принят на медицинский факультет Венского университета.

1881 – получил научную степень доктора. После этого начал работать в Венской городской больнице.

1885–1886 – стажировался в Париже у известного врача-психиатра Жана Шарко, где занимался исследованием гипноза.

1895 – опубликована совместная книга Зигмунда Фрейда и его коллеги Йозефа Брейера «Исследование истерии». Позже эту публикацию называли «днем рождения психоанализа».

1899 – Фрейд закончил работу над «Толкованием сновидений». Его идеи начали приобретать популярность. В последующие десятилетия он написал множество книг и статей.

1939 – после нескольких лет борьбы с мучительной болезнью Зигмунд Фрейд скончался, приняв морфий.

Предисловие

«Толкование сновидений» Зигмунда Фрейда – одна из самых популярных книг XX века, переведенная практически на все языки мира и выдержавшая огромное количество переизданий. Она увидела свет в 1900 году и стала первой из крупных работ австрийского ученого, которые совершили настоящий переворот не только в психологии и медицине, но и во всей западной культуре в целом. Взгляды Фрейда, изложенные в этой монографии, по сей день оказывают влияние на развитие психологии, а открытия, сделанные им в ходе изучения сновидений, признаны фундаментальными для теории психоанализа.

Основной предмет исследования в «Толкованиях сновидений» – бессознательное, та часть сознания, которая недоступна восприятию человека, но при этом управляет его желаниями и поступками. «Сновидения – королевская дорога в бессознательное», – утверждает ученый. Изучение символического значения того, что видится человеку во сне, помогает разобраться в его страхах, подавленных желаниях и психологических проблемах.

В данном издании «Толкование сновидений» представлено в сокращенном виде, читатели смогут ознакомиться с разделами книги, наиболее важными для понимания теорий Фрейда. Раздел «Материал и источники сновидений» посвящен тому, откуда бессознательное черпает пищу для построения сюжета сна; раздел «Психология процессов сновидения» подводит итог изучению сновидения как психологического феномена.

Метод толкования сновидений

Образец анализа сновидения

Заглавие, данное мною моей книге, само уже говорит о том, с какой традицией связываю я понимание сновидений. Я задался целью показать, что сновидения доступны толкованию, и дополнения к освещению проблемы сновидения лишь помогают мне выполнить мою действительную задачу. Предположением, что сновидение доступно толкованию, я вступаю сразу в противоречие с господствующим учением о сновидениях, да и вообще со всеми теориями, за исключением учения *Шернера*, ибо **«истолковывать сновидение» значит раскрыть его «смысл», заменить его чем-либо, что в качестве полноправного и полноценного звена могло бы быть включено в общую цепь наших душевных процессов.** Как мы уже видели, научные теории сновидения не включают в себя проблемы толкования последних, ибо сновидение не является для них вообще душевным актом, а лишь соматическим процессом. Иначе обстоит дело почти всегда с воззрениями на сновидения у широкой публики. Последняя считает своим правом быть непоследовательной и, хотя и признает, что сновидение непонятно и абсурдно, однако не может решиться отрицать какое бы то ни было значение за сновидениями. Руководимая неясным предчувствием, она все же предполагает, что сновидение имеет определенный смысл, быть может, и скрытый и заменяющий собою другой мыслительный процесс и что речь идет лишь о необходимости правильно раскрыть эту замену, чтобы понять скрытое значение сновидения.

Широкая публика старалась поэтому всегда «толковать» сновидения и пользовалась при этом двумя существенно различными методами. Первый из этих методов рассматривает содержание сновидения как нечто целое и старается заменить его другим понятным и в некоторых отношениях аналогичным содержанием. Это – *символическое* толкование сновидений; оно терпит крушение, разумеется, с самого начала, и те сновидения кажутся не только непонятными, но и спутанными и хаотическими. Примером такого метода служит толкование, которым воспользовался библейский Иосиф для сновидения фараона. Семь тучных коров, после которых появилось семь тощих, пожравших первых, являются символическим замещением предсказания о семи голодных годах в Египте, которые поглотят весь тот избыток, который создают сытые годы. Большинство искусственных сновидений, созданных поэтической фантазией, предназначено для такого символического толкования, так как они передают мысли поэта в замаскированном виде, приспособленном к известным особенностям наших сновидений. Воззрение, будто сновидение интересуется преимущественно будущим, которое оно может наперед предвидеть, – остаток пророческой роли, приписывавшейся прежде сновидениям, становится затем мотивом, который побуждает символическое толкование изложить найденный смысл сновидения в будущем времени.

Как найти путь к этому символическому толкованию, на этот счет нельзя дать, разумеется, никаких определенных указаний. Успех зависит от остроумия, от непосредственной интуиции субъекта, и потому толкование сновидений при помощи символики вполне зависит от искусства, связанного, очевидно, с особым талантом. Но такому толкованию совершенно противоречит другой популярный метод толкования сновидений. Метод этот может быть назван «расшифровыванием», так как он рассматривает сновидение как своего рода условный шифр, в котором каждый знак при помощи составленного заранее ключа может быть заменен другим знаком общеизвестного значения и смысла. Мне снилось, например, письмо, вслед за ним похороны и так далее: я смотрю в «соннике» и нахожу, что «письмо» означает «досаду», «похороны» – «обручение» и так далее. В дальнейшем уже зависит от меня связать эти понятия и, конечно, перенести их на будущее. Интересным вариантом этого рас-

шифровывания, который до некоторой степени исправляет его механичность, представляет собой сочинение *Артемидора* из Дальдиса о толковании сновидений.

Здесь во внимание принимается не только содержание сновидения, но и личность и жизненные условия самого грезящего, так что один и тот же элемент сновидения имеет иное значение для богача, женатого и оратора, чем для бедного, холостого и купца. **Наиболее существенно в этом методе то, что толкование не обращается на сновидение во всем его целом, а на каждый элемент последнего в отдельности, как будто сновидение является конгломератом, в котором каждая часть обладает особым значением.** К созданию этого метода послужили поводом, очевидно, бессвязные, сбивчивые сновидения.

Для научного рассмотрения темы непригодность обоих популярных методов толкования сновидений, конечно, очевидна. Символический метод в применении своем чрезвычайно ограничен и не может претендовать на более или менее общее значение. В методе расшифровывания все направлено к тому, чтобы «ключ», «сонник» был вполне надежным источником, а для этого, разумеется, нет никаких гарантий. Невольно возникает искушение согласиться с философами и психиатрами и вместе с ними отказаться от *проблемы толкования сновидений*, как от призрачной и излишней задачи.

Я между тем придерживаюсь совершенно иного взгляда. Я имел возможность убедиться, что здесь снова перед нами один из тех нередких случаев, в которых чрезвычайно упорная народная вера ближе подошла к истине вещей, чем суждения современной науки. Я считаю своим долгом утверждать, что сновидение действительно имеет значение и что действительно возможен научный метод его толкования. К этому заключению я пришел следующим путем.

Много лет занимаюсь я изучением многих психопатологических явлений, истерических фобий, навязчивых представлений и т. п. в терапевтических целях. Я имел возможность убедиться при содействии моего сотрудника Брейера, что для таких явлений, воспринимаемых в качестве болезненных симптомов, раскрытие их и устранение совпадают друг с другом. **Когда такое патологическое явление удастся свести к отдельным элементам, из которых происходило оно в душевной жизни больного, то тем самым оно устраняется, и больной избавляется от него.** При бессилии других наших терапевтических стремлений и ввиду загадочности таких состояний мне казалось целесообразным пойти по пути, открытому Брейером, и, несмотря на многочисленные трудности, достичь намеченной цели. Каким образом сложилась в конце концов техника этого метода, каков был результат стараний, об этом я буду иметь случай говорить в дальнейшем изложении. Во время этих психоаналитических занятий я натолкнулся на толкование сновидений у пациентов, которых я заставлял сообщать мне все их мысли и чувства, возникающие у них по поводу определенного вопроса, рассказывал им свои сновидения и показывал им тем самым, что сновидение может быть заключено в психологическую цепь, которая от данной патологической идеи простирается в глубь воспоминаний. Теперь уже было нетрудно рассматривать самое сновидение как симптом и применять к нему тот же метод толкования, что и к последнему.

Для этого **необходима**, конечно, известная психическая подготовка больного. **От него требуются две вещи: усиление внимания к его психическим восприятиям и устранение критики, при помощи которой он обычно производит подбор возникающих в его мозгу мыслей.** В целях его самонаблюдения при помощи повышенного внимания целесообразно, чтобы он занял спокойное положение и закрыл глаза; особенно важным представляется устранение критики воспринятых мыслей и ощущений. Необходимо сказать ему, что успех психоанализа обуславливается тем, что он замечает и сообщает все, что проходит у него через мозг и не пытается подавлять мысли, которые могут показаться ему несущественными, абсурдными или не относящимися к теме; он должен относиться совершенно беспристрастно к своим мыслям; ибо именно эта критика сыграла бы важную роль, если бы ему не удалось найти желанного разъяснения сновидения, навязчивой идеи и т. п.

При психоаналитических занятиях я имел случай заметить, что психическая структура размышляющего человека совершенно иная, чем структура наблюдающего свои психические процессы. При размышлении психический процесс играет большую роль, чем при самом внимательном наблюдении, как то показывает даже напряженная физиономия и морщины на лбу человека, погруженного в раздумье, в противоположность к мимическому спокойствию самонаблюдающего субъекта. В обоих случаях необходимо усиленное внимание, но при обычном размышлении человек сохраняет критику, в силу которой отбрасывает часть возникающих у него мыслей после того, как он их воспринял, или прерывает другие, так что не следит за тем ходом мыслей, который, быть может, они начинают: другие мысли он вообще не сознает, так как они подавляются до их восприятия. Самонаблюдатель, напротив того, старается лишь подавить критику; если это ему удастся, он начинает сознавать бесчисленное множество мыслей, которые в противном случае остались бы у него неосознанными. При помощи полученного таким путем материала может быть произведено толкование патологических идей, а также и сновидения. Ясно, таким образом, что тут речь идет о подготовке психического состояния, которое в отношении распределения психической энергии (подвижного внимания) имеет некоторую аналогию с состоянием засыпания (а вместе с тем и с гипнотическим состоянием). При засыпании «нежелательные представления» появляются наружу вместе с ослаблением произвольного (разумеется, также и критического) процесса, оказывающего влияние на ход наших представлений. В качестве причины такого ослабления мы приводим обычно «устомление»; появляющиеся нежелательные представления преобразовываются в зрительные и слуховые образы. **При состоянии, которым пользуются для анализа сновидения и патологических идей, намеренно и умышленно отказываются от активности и используют сохранившуюся психическую энергию (или часть ее) для внимательного прослеживания появляющихся нежелательных мыслей, сохраняющих свой характер представлений (в этом и заключается отличие от состояния при засыпании).** Таким образом «нежелательные» представления превращаются в «желательные».

Требуемая здесь установка на мнимое «свободное течение» мыслей с устранением критики, по-видимому, чрезвычайно затруднительна для многих. «Нежелательные мысли» вызывают обычно сильное сопротивление, мешающее им пробиться наружу. Если поверить, однако, нашему великому мыслителю-поэту *Шиллеру*, то такой же процесс необходим и для поэтического творчества. В одном месте своей переписки с *Кернером Шиллер* отвечает на жалобу своего друга в его недостаточной плодovitости: «Причина твоих жалоб объясняется, как мне кажется, тем принуждением, которое твой разум оказывает на твоё воображение. Я выскажу здесь одну мысль и проиллюстрирую её сравнением. Мне представляется вредным, если разум чрезвычайно резко критикует появляющиеся мысли, как бы сторожа и самый порыв их. Идея в своём изолированном виде, быть может, чрезвычайно ничтожна и опасна, но вместе с другими, последующими, она может быть чрезвычайно важной; в связи с этими другими идеями, в отдельности такими же ничтожными, она может представить собою весьма интересный и существенный ход мыслей. Обо всём этом не может судить рассудок, если он не сохраняет идею до тех пор, пока не рассматривает её в связи с остальными. В творческой голове, напротив того, разум снимает с ворот свою стражу, идеи льются в беспорядке и лишь затем он окидывает их взглядом, осматривает целое скопление их. Вы, господа критики, стыдитесь или боитесь мгновенного преходящего безумия, которое наблюдается у всякого творческого разума и продолжительность которого отличает мыслящего художника от мечтателя. Отсюда-то и происходят ваши жалобы на неплodovitость: вы чересчур рано устраняете мысли и чересчур строго их сортируете». (Письмо от 1 декабря 1788 года).

Большинство моих пациентов осиливают эти трудности уже после первых указаний; для меня лично это тоже не представляет особой трудности, особенно когда я записываю свои мысли. Сумма психической энергии, на которую, таким образом, понижается критическая

деятельность и которая в то же время повышает интенсивность самонаблюдения, значительно колеблется, смотря по теме, на которой должно фиксироваться внимание пациента.

Первый шаг при применении этого метода учит, что **в качестве объекта внимания следует брать не сновидение во всем его целом, а лишь отдельные элементы его содержания**. Если я спрошу неопытного пациента: «Что вызвало у вас такое сновидение?» – то он обычно не может найти ничего в своем умственном кругозоре; мне приходится разложить сновидение на отдельные части, и тогда он к каждой такой части приводит целый ряд мыслей, которые можно назвать «задними мыслями» этих элементов сновидения. В этом первом важном условии мой метод толкования сновидений отличается уже от популярного исторического и легендарного метода толкования при помощи символизации и приближается ко второму методу «расшифровывания». Он, как и последний, представляет собою толкование *on detail*, а не *en masse*: как последний, он берет с самого начала сновидение как конгломерат психических явлений.

Во время моих психоанализов у невротиков мне удалось истолковать, наверное, несколько тысяч сновидений, но этим материалом я не воспользуюсь здесь для введения в технику и сущность толкования сновидений. Не говоря уже о том, что мне могли бы возразить, что это сновидения невропатов, не дающие возможности провести аналогию их со сновидениями здоровых людей, к устранению их меня побуждает еще и другая причина. **Тема, которой касаются эти сновидения, разумеется, почти всегда история болезни, на которой базируется данный невроз.** Благодаря этому для каждого сновидения необходимы были бы чересчур распространенные предварительные сообщения и ознакомление с сущностью и этиологическими условиями психоневроза; все эти вещи сами по себе в высшей степени интересны, они, наверное, отвлекли бы наше внимание от самой проблемы сновидения. Моя же цель заключается, наоборот, в том, чтобы толкованием сновидений подготовить разрешение более трудной и сложной проблемы психологии неврозов. Если же я отказываюсь от сновидений невротиков, от своего главного материала, то я имею уже право не быть чересчур разборчивым в другом материале. Мне остаются лишь те сновидения, которые сообщены мне случайно здоровыми людьми или же которые я нашел в качестве примера в литературе проблемы сновидения. К сожалению, все эти сновидения лишены анализа, без которого я не могу найти смысла сновидения. Мой метод не так удобен, как метод популярного расшифровывания, который при помощи постоянного ключа раскрывает содержание сновидений; я, наоборот, готов к тому, что одно и то же сновидение у различных лиц и при различных обстоятельствах может открывать совершенно различные мысли. Благодаря всему этому я стараюсь использовать мои собственные сновидения как наиболее обильный и удобный материал, проистекающий, во-первых, от довольно нормальной личности, а во-вторых, касающийся самых различных пунктов повседневной жизни. Читатели могут усомниться в надежности такого «самоанализа», – произвол при этом, конечно, не исключен. Однако самонаблюдение, на мой взгляд, значительно удобнее и целесообразнее, чем наблюдение над другими; во всяком случае, можно попытаться установить, какую роль играет самоанализ в толковании сновидений. Другую, значительно большую трудность мне пришлось преодолеть внутри самого себя. Человек испытывает понятную боязнь раскрывать интимные подробности своей душевной жизни: он всегда рискует встретить непонимание окружающих. Но боязнь эту необходимо подавлять. «Всякий психолог, – пишет Дельбеф, – должен признаться в своей слабости, если это признание позволит ему осветить ранее закрытую проблему». И у читателя, как мне кажется, начальный интерес к интимным подробностям должен скоро уступить место исключительному углублению в освещаемую этим психологическую проблему.

Я приведу поэтому одно из моих собственных сновидений и на его примере разьясню свой метод толкования. Каждое такое сновидение нуждается в предварительном сообщении. Мне придется попросить читателя на несколько минут превратить мои интересы в его соб-

ственные и вместе со мной погрузиться в подробности моей жизни, ибо такого перенесения с необходимостью требует интерес к скрытому значению сновидения.

Предварительное сообщение: летом 1895 г. мне пришлось подвергнуть психоанализу одну молодую даму, которая находилась в тесной дружбе со мной и моей семьей. Вполне понятно, что такое смещение отношений может стать источником всякого рода неприятных явлений для врача, особенно же для психотерапевта. Личный интерес врача значительно больше, его авторитет меньше. Неудача угрожает подорвать дружбу с близкими пациентами. Мое лечение закончилось частичным успехом, пациентка избавилась от истерического страха, но не от всех своих соматических симптомов. Я был в то время не вполне еще убежден в критериях, которые определяют полное окончание истерии, и предложил пациентке «решение», которое показалось ей неприемлемым. Расходясь с ней во мнениях, мы посреди лета временно прекратили лечение. В один прекрасный день меня посетил мой молодой коллега, один из моих близких друзей, бывший недавно в гостях у моей пациентки Ирмы и у ее семьи. Я спросил его, как он ее нашел, и услышал в ответ: ей лучше, но не совсем еще хорошо. Я помню, что эти слова моего друга Отто или, вернее, тон их меня рассердил. Мне показалось, что в этих словах прозвучал упрек, нечто вроде того, будто я обещал пациентке чересчур много. Я объяснил мнимое пристрастие Отто по отношению ко мне влиянием родных пациентки, которым уже давно, как мне казалось, не нравилось мое лечение. Впрочем, неприятное чувство было у меня довольно смутно, и я ничем не проявил его. В тот же вечер я записал довольно подробно историю болезни Ирмы, чтобы вручить ее в свое оправдание доктору М., нашему общему другу и чрезвычайно популярному врачу. В эту же ночь (вернее к утру) я испытал нижеследующее сновидение, записанное мною тотчас же по пробуждении.

Сновидение 23/24 июля 1895 года

Большая зала – много гостей, которых мы принимаем. Среди них Ирма, которую я беру под руку, точно хочу ответить на ее письмо, упрекаю ее в том, что она не приняла моего «решения». Я говорю ей: «Если у тебя есть еще боли, то в этом виновата только ты сама». Она отвечает: «Если бы ты знал, какие у меня боли теперь в горле, желудке и животе, мне все прямо стягивает». Я пугаюсь и смотрю на нее. У нее бледное, опухшее лицо. Мне приходит в голову, что я мог не заметить какого-нибудь органического заболевания. Я подвожу ее к окну, смотрю ей в горло. Она слегка противится, как все женщины, у которых вставные зубы. Я думаю про себя, что ведь ей это не нужно. Рот открывается, я вижу справа большое белое пятно, а немного поодаль странный нарост, похожий на носовую раковину; я вижу его сероватую кору.

Я подзываю тотчас же доктора М., который повторяет исследование и подтверждает его... У доктора М. совершенно другой вид, чем обыкновенно. Он очень бледен, хромота и почему-то без бороды... Мой друг Отто стоит теперь подле меня, а друг Леопольд исследует ей легкие и говорит: «У нее притупление слева внизу». Он указывает еще на инфильтрацию в левом плече (несмотря на надетое платье, я тоже ощущаю ее, как и он)... М. говорит: «Несомненно, это инфекция. Но ничего, у нее будет дизентерия, и яд выделится...» Мы тоже сразу понимаем, откуда эта инфекция. Друг Отто недавно, когда она почувствовала себя нездоровой, вприсунул ей препарат пропила – пропилен... пропиленовую кислоту... триметиламин (формулу его я вижу ясно перед глазами)... Такой инъекции нельзя делать легкомысленно... По всей вероятности, и шприц был не совсем чист.

Сновидение это имеет перед другими одно преимущество. Тотчас же ясно, с каким событием прошедшего дня оно связано и какой темы касается. Предварительное сообщение дает полное этому освещение. Сообщение Отто относительно здоровья Ирмы, историю болезни которой я писал до позднего вечера, занимало мою душевную деятельность и во время сна. Тем не менее никто, ознакомившись с предварительным сообщением и с содержанием сновидения, не может все же предполагать, что означает мое сновидение. Я и сам этого не знаю. Я удивляюсь болезненным симптомам, на которые указывает мне Ирма в сновидении, так как они совсем не похожи на те, какие я у нее лечил. Я улыбаюсь бессмысленной идее об инъекции пропиленовой кислоты и утешению доктора М. Сновидение в конце своем кажется мне более туманным и непонятным, чем вначале. Чтобы истолковать все это, я произвожу подробный анализ.

Анализ:

Большая зала – много гостей, которых мы принимаем. Мы жили в то лето на улице Бельвю в особняке на небольшом возвышении. Особняк этот был когда-то предназначен для ресторана и имеет поэтому очень высокие комнаты, похожие на залы. Все это мне снилось именно в этом особняке за несколько дней до дня рождения моей жены. Днем жена говорила мне, что в день рождения ждет много гостей, среди них и Ирму. Мое сновидение пользуется этими словами: день рождения жены, много народу, среди них Ирма, мы принимаем гостей в большом зале особняка на Бельвю.

Я упрекаю Ирму в том, что она не приняла моего «решения»; я говорю ей: «Если у тебя есть еще боли, то в этом виновата только ты сама». Я мог бы сказать ей это и наяву, может быть, и говорил даже. Тогда я придерживался того взгляда (впоследствии я в нем разуверился), что моя задача ограничивается сообщением больному скрытого смысла его симптомов: принимают ли они такое «решение» или нет, от которого затем зависит весь успех лечения, за это я уже не ответственен. По фразе, которую я сказал Ирме, я замечаю, что прежде всего не хочу быть виноватым в тех болях, которые она еще чувствует. Если в них виновата сама Ирма, то не могу быть виноватым я. Не следует ли в этом направлении искать смысла сновидения?

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.