

Сергий Чернец
Демениця

Катастрофа души



Сергий Чернец
Деменция. Катастрофа души

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=48782688

ISBN 9785005085047

Аннотация

Статьи написаны непрофессионалом и вообще не врачом «ниразу». Все объясняется простым языком. Автор приводит случаи из жизни, рассказы, поясняющие проблему.

Содержание

Деменция – Катастрофа души	5
С каждым может случиться...	5
Синдром Плюшкина	11
Бомжиха	17
Р.С. Самостоятельность человека	21
Иллюзии старости	25
«Старик»	25
Работа, эссе	31
Есть пояснение о труде в книге	35
«Домострой»	
Сны и реальность	40
Цветные сны: «Кто видит цветные сны	46
и почему?»	
«О человеке»	50
Конец ознакомительного фрагмента.	52

Деменция Катастрофа души

Сергий Чернец

© Сергий Чернец, 2019

ISBN 978-5-0050-8504-7

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Деменция – Катастрофа души

С каждым может случиться...

Во время депрессивного психоза периоды бурной активности, безудержного веселья или приступов гнева сменяются периодами полного безразличия, когда человек постоянно лежит. Повернувшись лицом к стене, ни на что не реагируя.

«Со мной такого никогда не будет» – думает большинство из нас. Но есть уже анекдоты: как те же «новые русские бабки» со сцены – Матрёна спрашивает у Цветочка: «Как фамилия того немца, от которого я с ума-то схожу?». И бабка-Цветочек отвечает: «Альцгеймер его зовут, Альцгеймер...».

Мы думаем, что эта болезнь не врождённая, а приобретённая. Старческий психоз.

В народе сенильная (от лат. Senilis – старческий) деменция носит название «старческий маразм». По данным ВОЗ, в 2015 году во всём мире насчитывалось более 46 миллионов людей с деменцией. В 2017 году это число увеличилось до 50 миллионов. Ежегодно регистрируются 7,7 миллиона новых случаев деменции, каждый из которых становится тяжким бременем для семей и систем здравоохранения.

Ожидается, что это число увеличится до 131,5 млн к 2050 году.

И между прочим, если Деменция – психическое заболевание, то никто не застрахован от этой болезни. Психическим расстройствам подвержены люди со слабой психикой – те, кто сильно впечатлительны и ранимы. И ещё, наша психика может быть ослаблена в результате травм головы: катастрофы, к сожалению, в жизни случаются.

Особенности психики, влияющие на возникновение болезни Деменции, могут передаваться по наследству. При этом человек, имеющий наследственную склонность, тот у кого болели близкие родственники, может и НЕ заболеть старческим психозом. Для возникновения деменции помимо внутренних нужны и внешние факторы, и выявить точные причины этой болезни пока не удаётся.

Болезнь Деменция «молодеет» – уже в относительно молодом возрасте люди начинают проявлять забывчивость – Альцгеймер – это уже проявление серьёзной Деменции.

«У него плохой характер»

О людях раздражительных, которые «заводятся с пол-оборота» и «психуют» по малейшему поводу, говорят...;

и о людях подозрительных, которые «перестраховываются», боятся лишнее движение сделать, не идут прямой тропинкой через кусты, но обходят по широкой дороге – «ма-

ло-ли? Вдруг там в кустах змея притихла?» – думают они, «или клещи какие-нибудь энцефалитные, да и комаров там полно» – соображают, говорят...;

также и о людях безразличных, не желающих замечать ни горестей, ни радостей других, тоже скажут: «У него плохой характер!».

Адекватные (нормальные) люди обычно осознают свои недостатки и сдерживают свои проявления характера. А вот, если «плохой характер» целиком подчиняет себе человека, так, что он этого не осознаёт, не замечает, – то речь идёт о патологии – то есть, об отклонении от нормы. Такая патология характера уже называется психопатия.

При психопатии доминирует какая-либо одна черта характера (ну, две), причём это касается больше эмоционально-волевой сферы и не затрагивает интеллект, – человек может быть умным, учёным, а на самом деле больным.

К интеллекту непосредственно относится другая болезнь: Слабоумие – олигофрения. Она, эта болезнь, выражается в недоразвитии всей психики и личности в целом.

Рождаются дети – «олигофрены». И в наше время таких всё больше, может быть это какие-то изменения в человеческом геноме? Как модно сегодня всё сваливать на генетику, относительно новую науку.

В народе больных слабоумием (олигофренией) называют «недоразвитыми» – умственно-отсталыми (УО), и даже отдельные школы строят для таких умственно-отсталых детей.

Слабоумие относится к тяжелейшим психическим заболеваниям. Недоразвитость у таких детей выражается в недоразвитии всей психики и всей личности: отсутствие внимания, памяти, речи, восприятия, моторики, эмоций и воли.

Различают три степени олигофрении:

1) дебильность, 2) имбецильность 3) идиотия.

Идиоты (медицинский термин) – это люди, полностью неспособные обслуживать себя, не способные к мышлению и обычно не владеющие речью.

Имбецилы – осваивают элементарные навыки, им доступен словарный запас 200 или 300 слов, иногда они осваивают чтение по слогам...

Самая легкая степень олигофрении – дебильность.

При хорошем тепловом воспитании и обучении – слабоумие у Дебильных (медицинский термин) детей почти незаметно, и, хотя им трудно даётся учёба, многие из них могут овладеть профессией и жить самостоятельно.

Это к чему про «дебильных» детей? А к тому, что Деменция ведёт к такому же развитию, только наоборот: сначала человек заболевший Деменцией становится «дебиллом», потом теряет еще больше (и память и владение собой) и становится «имбецилом», пока совсем не будет «идиотом», за которым нужен будет постоянный уход и присмотр.

При потере памяти, при болезни Деменции, – восприятие обширности мира природы вещей теряется: мир вокруг больного, кажется, обеднел, многое утратил.

Старческий психоз проявляется:

- 1) в устойчивых бредовых идеях;
- 2) в подозрительности; 3) в эмоциональности излишней.

Реакция таких людей (подверженных болезни) похожа на реакцию ребёнка, способного расплакаться из-за лопнувшего шарика, – отсюда выражение «впасть в детство»!

И есть среди психических заболеваний самое загадочное – «аристократический психоз». Этому заболеванию (по медицинским меркам) подвержены люди с высоким интеллектом. Среди них: выдающиеся учёные, люди искусства – художники, поэты, музыканты.

Эта болезнь входит в разряд шизофрении, в котором медициной рассматривается группа болезней со схожими проявлениями. Но действенных способов лечения шизофрении пока не найдено.

В «аристократическом психозе» различают два вида или две особенности мышления «больного» человека:

- 1) Интроверсия и 2) Аутистическое мышление.

1) При интроверсии наблюдается сужение круга интересов, искажение представлений о реальности и неадекватная оценка происходящего. Учёный замыкается в своём исследовании, в своей науке и не видит, что мир вокруг него изменяется стремительно и все понятия стали другими.

2) При аутистическом мышлении наблюдается своеобразие, выдвигающее необычное суждение и толкование своих и чужих поступков. Аутистическое мышление позволяет

найти новый подход к известным вещам, посмотреть на них с другой стороны. Люди с таким типом мышления из всех признаков предмета, не останавливаясь на его определяющих свойствах, выбирают то, что заинтересовало их в данный момент. Так, например, сравнивая платье и брюки, висящие на верёвке после стирки, аутист может их объединить только по тому, что они раскачиваются на ветру с одинаковым темпом, и так далее.

И всё это тоже имеет отношение к Деменции. Потому что Деменция – это болезнь человечества, сопровождавшая его во всём его существовании, всегда. Только сейчас на это заболевание обратили внимание, потому что случилось обострение – деменцией болеют часто и много даже молодые люди.

Конец.

Синдром Плюшкина

В церковнославянском языке страсть к собиранию вещей называется мшелоимство и по православным традициям считается грехом. Иногда это шуточно называют «синдромом Плюшкина». Другое название – медицинское силлогомания, или как синоним диспозофобии – боязни выбрасывать вещи.

Патологическое накопительство (также силлогомания, синдром Плюшкина и др.) – это вид навязчивого поведения, заключающийся в собирании и хранении неиспользуемых вещей, чаще всего – предметов домашнего обихода в настолько больших количествах, что они препятствуют использованию помещений по прямому назначению.

Например, проживающие не могут свободно перемещаться по жилищу,

комфортно принимать пищу (из-за обилия вещей на столе и кухне принимать пищу приходится, держа тарелку на коленях, пользование кухонной техникой и раковиной затруднено),

или справлять естественные надобности (из-за чрезмерного загромождения уборной невозможно закрыть дверь),

или отдыхать (кровать и прилегающее пространство заставлено, на стенах развешаны пакеты с вещами),

и воспитывать детей (свободные на момент рождения де-

тей комнаты оказываются завалены вещами, дети находятся вместе с родителями, где у них нет места для игр и развития, негде даже ползать по полу).

Подверженные данному расстройству люди рационализируют своё поведение и считают его нормальным даже при крайней степени выраженности собирательства.

Во многих случаях склонность к патологическому накопительству рождается в связи с серьёзными жизненными потрясениями, – такими как развод, тяжёлая болезнь или смерть близкого человека, что стимулирует первоначально хранить вещи близкого человека, но постепенно навязчивое накопительство начинает охватывать и остальные предметы и принимает угрожающий характер.

Человек, одержимый патологическим накопительством, крайне трепетно относится к своим вещам, душевные муки он испытывает, даже если его вынуждают выбросить сущую мелочь – газету или даже полиэтиленовый пакет.

Суть накопительства – трудность расставания с вещами, человеку крайне тяжело не только выбросить, но даже отдать вещь просящему её другому человеку. Ценность вещи при этом осознаётся как возможное её положительное применение. Реже вещь может иметь эстетическую или историческую для индивида ценность. Расставание с вещью воспринимается как утрата.

Второй момент – часть вещей «для коллекции» при нако-

пительстве достаются бесплатно или покупаются за символическую цену. Психологически это ощущается как чистая выгода – обретение пусть малоценного, но – предмета – при отсутствии существенных затрат. Затраты на хранение при этом не учитываются.

При прогрессировании расстройства, как и во всех маниях, в поведении может начать преобладать компульсия – медицинский термин (привычка, неудержимые порывы).

Как крайняя степень экономии, доведение до абсурда, патологическое накопительство полярно противоположно к шопоголизму в вопросе траты и ценности денег, однако стимул у них по сути одинаков – вещи.

Что становится причиной синдрома Плюшкина? Пока что нет однозначного ответа на данный вопрос. В большинстве случаев к патологическому накопительству приводят тяжелые стрессовые ситуации – например, смерть близкого человека или тяжелая болезнь. Хоардинг также может развиваться на фоне других психических заболеваний – шизофрении, слабоумия, обсессивно-компульсивного расстройства и прочих.

Приведём цитату из интернета:

«В группу риска также попадают подростки, пережившие психологическую травму. Как правило, речь идет о детях от 10 лет и старше. Им в принципе свойственна любовь к накопительству хлама – вспомните многочисленные обертки из-под шоколада, сломанные игрушки, которые хранятся

в шкафу, детали от конструктора. Вещи дают человеку иллюзию защищенности и безопасности. А если ребенок пережил травму, то это чувство в разы возрастает. Чем больше вещей – тем сильнее чувство защищенности», – объясняет психолог Марьяна Набигулаева.

По словам психолога, синдром Плюшкина может развиваться и у людей, которым в детстве не хватало внимания родителей, особенно подарков и иных символов любви. В этом случае ребенок очень трепетно относится к каждой вещи, а в процессе взросления это «особое отношение» может трансформироваться в хоардинг.

Очень скромные, нерешительные люди тоже в группе риска. Они постоянно приносят домой вещи и предметы, которыми планируют воспользоваться в далекой перспективе. Но перспектива эта, конечно, так никогда и не наступает, а количество вещей растет в геометрической прогрессии.

Люди, у которых трудности в общении с окружающими, тоже подвержены синдрому Плюшкина – они пытаются скрасить свое одиночество накопительством хлама. Вещи дают им ощущение уверенности в себе, превосходства над другими. Кроме этого, горы бумаг, коробок, использованных салфеток и грязных тряпок выступают своего рода защитой от внешнего мира».

Итак. К Деменции относится множественное заболевание, то есть имеется много причин «бить тревогу».

Даже дети в опасности: простое коллекционирование

обертот от конфет может привести к болезни!

А кроме того, можно заболеть и от вирусной инфекции! Или от полученной травмы. Синдром Плюшкина – только малая часть того, что приводит человека к деменции.

А вообще вот что даёт цитата из Википедии» – это просто ужасно:

Перечень заболеваний, которые могут сопровождаться деменцией [1]:

- [болезнь Альцгеймера](#) (50—60% всех случаев деменции);
- сосудистая (мультиинфарктная) деменция (10—20%);
- [алкоголизм](#) (10—20%);
- внутричерепные объёмные процессы – опухоли, субдуральные гематомы и мозговые абсцессы (10—20%);
- [аноксия](#), черепно-мозговая травма (10—20%);
- нормотензивная [гидроцефалия](#) (10—20%);
- [болезнь Паркинсона](#) (1%);
- [хорея Хантингтона](#) (1%);
- прогрессирующий супрануклеарный паралич (1%);
- [болезнь Пика](#) (1%);
- [боковой амиотрофический склероз](#);
- [спиноцеребеллярная атаксия](#);
- [офтальмоплегия](#) в сочетании с метахроматической лейкоэнцефалопатией (взрослая форма);
- [болезнь Галлервордена – Шпатца](#);

Инфекции [[править](#) | [править код](#)]

- [болезнь Крейтцфельда – Якоба](#) (1—5%),
- [СПИД](#) (примерно 1%),
- вирусные [энцефалиты](#),
- прогрессирующая мультифокальная лейкоэнцефалопатия,
- нейросифилис,
- [болезнь Бехчета](#),
- хронические бактериальные и грибковые [менингиты](#).

Конец цитаты.

Очень серьезна эта болезнь и как с ней бороться пока не знает никто точно, можно снизить уровень заболевания и только. А уж про Альцгеймер и говорить нечего, об это-то болезни знают все.

Конец.

Бомжиха (Николай спас «бомжиху»).

Когда-то давно в историческом прошлом люди строили небольшие города. Но укрупнялись государства и города укрупнялись. Дома из одноэтажных стали большими в несколько этажей. Замечено, что при смене власти в государстве всегда начиналось строительство – каждый новый фараон строил новые Храмы, пирамиды.

После всякой революции и смене руководства государством начиналось новое строительство. Это заметно и в нашей стране... При Хрущёве по всей стране начали строить пятиэтажки – знаменитые «хрущёвки». При Брежневем строили панельные дома. После всех пертурбаций в 1990-е годы, когда была относительная «тишина» в строительстве, уже в двухтысячные годы начали сносить старые дома-хрущёвки, а строить начали новые 12-ти этажные дома. Появился термин «точечной застройки», когда пустыри, скверы в центрах городов «украшались» одной или двумя 12-ти или 16-ти-этажками.

Рабочие строители без работы не останутся.

Николай работал на стройке – он был электриком. В новых домах электричество подключается через «щитовую» – это комната куда протягивают толстый кабель. А уже потом, в щитах-ящиках провода распределяют электричество

по этажам, по квартирам в электрощитках на каждом этаже; и в квартирах по розеткам и лампочкам на потолках.

Так вот, – монтировать все провода в новом доме, ставить розетки и тянуть провода – этим занималась бригада электриков-монтажников, где работал Николай. Случилось мне встретиться с ним на одной из новостроек. Он попросил проводить его до поезда, когда он уезжал домой в провинцию, потому что у него был большой чемодан на колёсиках, довольно тяжёлый и такие же тяжелые большие сумки. Потом я узнал о его особенной страсти – собирать детали, остающиеся при работе: для монтажа проводов закупаются болты и гайки и другие крепёжные детали пачками. После работы детали остаются лишними, их немного: от пачки болтиков – 10—15 штук; какие-то гайки не до конца используются и в коробках-упаковках горсть гаек остаётся – жалко выбрасывать, ведь новое всё, даже ни разу не испорченное.

Николай собирал эти «запчасти», сначала на работе складывал в ящик-шкафчик, всё сортировал, и к нему частенько обращались за нужными гайками или болтами, но детали копились и ящик уже не вмещал ненужных-лишних деталей. Николай стал их увозить домой. А дома отвёл под детали-запчасти гараж-сарайку у себя на даче-огороде, на шести сотках. Таким образом он накопил уже два гаража хороших «запчастей»: от простых патронов для лампочек до простых болтов и гаечек, по размерам лежащих в коробочках. Чего только не было в его «хранилище», как в Плюшкинском до-

ме, описанном Гоголем, отличие в том, что всё было у него новое, промасленное даже в упаковках. Детали может быть кому-то нужны, а может быть и ему самому «пригодятся».

И вот, опять собрал он чемодан неподъемный, тяжёлый и две сумки с деталями-запчастями, так что тащить один до вокзала не мог. Я провожал Николая и помог ему донести до вагона поезда его «груз».

— — — — —

А ехал Николай домой – в провинциальный маленький городок, многие ездят на заработки в большие города, как это началось с конца девяностых годов. В провинции жизнь замерла и вахтовый метод, 15 на 15 используется до сих пор.

В одной из интермедий известный юморист Аванесян рассказал о том, как он женился приехав в Москву. Юморист высказался насчёт математики: что учитель в школе нас обманывал – «минус на минус получается плюс! Нет! В жизни всё не так – минус только удлиняется!»

А в жизни Николая случилось всё по математике: «минус на минус – получился плюс». Хотя тут против математики было тоже, – говорят, что противоположные заряды притягиваются, а тут, как Аванесян говорит – «математика врёт, в жизни всё не так» – случилось, что одноимённые заряды не оттолкнулись, а «сошлись».

Познакомился Николай с Татьяной, с которой учился в одной школе, разве что в разных классах (он в «А», она в «Б»), но они были знакомы. И они встретившись на улице разго-

ворились. Он пригласил Таньку в свою двухкомнатную квартиру, в которой жил после смерти родителей один. А потом попросил её присматривать-пожить в квартире пока он едет-уезжает на вахту (на 15 дней) на работу. Так Танька согласилась жить у него на время, и потом совсем с ним...

Потому что у неё была точно такая же проблема – «синдром Плюшкина» – излишняя бережливость. Из-за этого были у Таньки проблемы с жильством:

«Жили три сестры в одной большой трёх-комнатной квартире. У каждой сестры своя комната. Но Танька не платила за квартиру в положенное время: сёстры договорились вносить оплату за ЖКХ по очереди – месяц одна, в следующий другая. А у Таньки не было денег всегда – две другие сестры вскладчину собирали деньги оплатить за квартиру, надеясь – потом, мол, Танька отдаст. А Танька любила покупать одежду, – она ходила в старом – в старых брюках и в старой кофте, в старой курточке – «донашивала». А в магазинах, на распродажах, увидит хорошее пальто, курточку, платье, кофту или другую одежду то – как только получает зарплату, сразу покупает обновку, которую может и оденет один раз – «пройтись», а потом, жалеючи, повесит в шкаф, и снова ходит в старом – «донашивает». Так у Таньки в комнате заполнены были шкаф, комод и все полки новыми хорошими, даже с бирками из магазина, вещами....

С сёстрами она ругалась из-за этого и из-за того, что денег за оплату квартиры не давала Танька уже полгода. Её вы-

гоняли с квартиры после скандала. Она собрала самые «хорошие» вещи в сумки клетчатые большие и унесла в подвал, и ночевала даже – жила в том подвале, в сарайке. Вот в это время ей встретился Николай, который тоже собирал, как Плюшкин, но другие вещи. Так сошлись два минуса.

Когда Танька рассказала Николаю о своих вещах, которые давно не проверяла, и они перенесли из подвала её сумки, – оказалось, что многие новые вещи пришли в негодность – они заплесневели и покрылись чёрными пятнами, так, что половину пришлось выкинуть.

Конец.

P.S. Самостоятельность человека

Ни что не делает человека таким таинственным и непостижимым, как его внутренняя убежденность, твёрдость.

Лучше узнать истину только наполовину, но собственными силами, – чем узнать её целиком, но с чужих слов и выучить, как попугай, не понимая сути.

Способность к самообладанию, – наверное, главное отличие между человеком и зверем. А самообладание, как все качества, развивается через упражнение. Кто хочет управлять страстями своими в зрелом возрасте, должен учиться этому в юности своей.

Самое первое и самое главное в жизни – это стараться владеть самим собой. Стараться быть самим собою – единствен-

ное средство иметь успех в жизни.

Зависеть от властей, зависеть от народа —
Не всё ли нам равно? Бог с ними. Никому
Отчёта не давать, себе лишь самому
Служить и угождать: для власти, для ливреи
Не гнуть ни совести, ни помыслов, ни шеи.

Пушкин.

«Спорьте, заблуждайтесь, но ради бога, размышляйте,
и хотя криво, — да сами». — сказал ещё Лессинг Г. Э.

«Нет покровителей надёжнее, чем наши собственные способности.

Нет правил более изменчивых, нежели правила, внушённые совестью своею.

Нет обиды, которой мы не простили бы, отомстив за неё.

Нет человека настолько остроумного, чтобы никогда не быть скучным.

Неучённость не есть недостаток ума, а знание — не есть признак гения».

Самообладание в минуту гнева не менее высоко и не менее благородно, как и самообладание в минуту страха.

Уважай себя, если хочешь, чтобы тебя уважали.

Составлять своё суждение особенно важно в делах важных. Глупцы губят себя тем, что не размышляют, — отсюда,

неспособные понять половины дела, не умея предвидеть ни вреда, ни выгоды, не могут они надлежаще действовать; они придают много веса вещам маловажным и мало веса – важным вещам, оценивая всё наоборот. Многие же теряют разум лишь потому, что его имеют недостаточно. Есть вещи, в которые должно проникать глубоко и хранить в недрах своего ума.

Мудрый составляет суждение обо всём, но особенно вникает в то, в чём есть глубокий и высший смысл, ибо полагает, что там есть больше, чем он знает и предполагает. Так размышление проникает дальше первоначального суждения.

Пытаюсь подчинить себе обстоятельства, а не подчиняться им, – говорил кто-то из великих.

Каждый чувствует, каковы его силы, на которые он может рассчитывать. Превосходно было бы, если мы сами были бы в состоянии управлять собой.

Каждому надо иметь своё суждение.

Твоё право – ругаться, моё право – не слушать.

Достойный человек не идёт по следам других, уже прошедших этот путь... – сказал Конфуций. – Не катится колесница на одном колесе, не совершается судьба без людских усилий – написано в древних Ведах.

Избегай дел, которые зависят от других людей; стремись делать то, что зависит от тебя самого.

Мурасаки Сикибу (ок. 987г) – «Каждый устроен по-своему. И нет человека, который был бы законченным злодеем. Нет и таких, кто сочетал бы в себе все добродетели и достоинства: красоту, сдержанность, ум, вкус и верность. Каждый хорош по-своему, и трудно сказать, кто же действительно лучше».

Человек должен любоваться самим собою: лишь понавившись самому себе, сумеет он понравиться и другим, – в делах и внешности, в словах и рассуждениях.

Учёность сама по себе дает указания чересчур общие, если их не уточнять опытом жизни. Человек и впрямь похож на обезьяну: чем выше он залезает, тем больше он демонстрирует свою задницу.

Человеку недостаточно познать самого себя, – ещё нужно найти также способ, с помощью которого он сможет разумно показать свои познания, проявить себя и в конце концов изменить себя и сформировать.

Конец.

Иллюзии старости

«И почему это именно в старости человек следит за своими ощущениями и критикует свои поступки? Отчего бы в молодости ему не заниматься этим? Старость и без того невыносима. Да... В молодости вся жизнь проходит бесследно (безо всякого следа), едва зацепляя сознание, в старости же – каждое малейшее ощущение гвоздем сидит в голове и поднимает уйму вопросов...».

К чему всё это говорится? А то, что бывают в жизни иллюзии, и человеку, особенно в старости, естественно жить иллюзиями.... Без иллюзий нельзя.... Знаменитые писатели – на что уж, кажется, умны, но и то без иллюзий не могут. Вот, пишет он всё про «народ» – и уж тома книг написал, но все они переполнены иллюзиями: выйди он в «мир» и посмотри, ужаснется от того, что реальность совсем не такова, как она представляется ему и отражается в его книгах.

«Старик»

Дела у него не было никакого. Привязать себя к чтению тоже не удалось. Читать долго, часами он не мог, привыкший урывками узнавать новости из газет и, короткие сообщения прочитав, откладывал газету «до лучших времен», почти никогда к ней не возвращаясь. А тут книги: достаточно ему бы-

ло прочитать 5 – 6 страничек, чтобы он утомлялся и снимал очки.

Но наступила весна, и... он, (а назовет его читатель своим именем: Петр Сидорович, или Сидор Петрович) резко изменил свой образ жизни. Когда от дома через зеленый парк и к домам центра поселка проявились в траве свежепротопанные тропинки и на деревьях перед окнами закопошились птицы, он неожиданно для всех стал ходить в Церковь.

Ходил он в церковь не только по праздникам, но и в будни. Такое религиозное усердие началось с панихиды, которую старик тайком заказал по дочери, умершей год назад и оставившей его одного на попечение родни. Во время панихиды, в почти пустой Церкви, он стоял на коленях, клал земные поклоны, плакал, и ему казалось, что он горячо молился. Но то была не молитва. Возбуждись в отеческом чувстве, рисуя в уме черты любимой дочери, он глядел на иконы алтарной перегородки и шептал:

– Леночка! Доченька моя! Ангел мой! —

Это был припадок старческой грусти, но старик подразумевал, что в нем происходит внутренняя реакция, переворот сознания. На другой день его опять потянуло в церковь, на третий день тоже... и так без конца. Из Церкви возвращался он свежий, будто скинувший тяжелый груз, с улыбкой во всё лицо. И за обедом темой для его неумолкаемой болтовни служила уже религия и богословские вопросы, услышанные в проповеди священника. Его заставляли несколько

раз за перелистыванием Евангелия и других религиозных книг.

Но, к сожалению, это религиозное увлечение продолжалось недолго. После одного особенно сильного приступа ревматизма, который продолжался целую неделю, он уже не пошел в церковь: как-то не вспомнил, стоная от болей в спине и лежа в постели, с которой не мог встать, что нужно идти к обедне....

В один из дней ему, вдруг, захотелось общения, разговоров.

– Не понимаю, как это можно жить без общества, без людей, одиночкой! – стал он брюзжать – Я должен пойти к знакомым. В гости к родне сходить! Пусть это может быть глупо, просто так приходить, без повода, но пока я жив, надо общаться, разговаривать.... —

Он сходил к знакомым, потом на другой конец поселка к двоюродным и к троюродным родственникам. Но и это занятие вскоре бросил. Придя в гости, сидеть за столом он оставался один, все люди суетились и бегали, убегали куда-то «по делам» или оставляли с ним одного молчаливого, для присматривания. Альбомы с фотографиями он знал и так хорошо, все те же фото были и у него, в его альбоме. Говорить особенно было не о чем. Так и «гостевание» было отвергнуто.

Однажды он сидел на лавке в парке. Отдыхал после прогулки с палочкой. Напротив его на скамейке за кустиками си-

дели мужики, пришедшие с бутылочкой, которую прятали в пакет. Они наливали и всё громче разговаривали, увеличивая громкость по мере увеличения выпитого алкоголя. Старик долго щурил на них глаза, потом забрюзжал:

– Мужики! Объекты гражданской скорби... Что ни слово, то мат-перемат. Удивляете вы меня. Ну, не скоты ли?.. —

И началось препинание или, с его стороны, проповедь о вреде пьянства, о нравственности и прочем.... Хотелось ему высказать..., но угрозы физической расправы остановили всё его раздражение, прорывавшееся наружу, и он ушел домой в плохом расположении духа. Уже дома, возмущению его не было предела. И до поздней ночи он всё брюзжал, бормотал и порывался – то «позвонить куда надо», то написать «кому надо» Так ничего и не предприняв, за полночь, утомленный, он уснул не раздеваясь, притулившись на диване.

К концу лета судьба послала старику еще одну «иллюзию».

Его застали на кухне за интересным занятием: он сидел за столом и с жадностью ел тертую редьку с подсолнечным маслом. На его лице ходуном ходили все жилки и в уголках рта вспыхивали пузырьки, слюнки.

– А, покушай-ка! – предложил он – Великолепно! —

И перед сном старик говорил:

– Хорошо бы, знаешь, это... – расправлял он постель и го-

ворил с радостью открытия в голосе, с восторгом. — Хорошо бы, как это в рецептах пишут, распороть щуке брюхо, вытащить из нее икру и, знаешь, с зеленым луком... свежую... —

Вот и началось. Старик отдался вкусовым ощущениям. Кулинарная книга, толстенная, была куплена и не выпускалась из рук. Он безвыходно сидел на кухне и изобретал кушанья.... Он напрягал свой мозг, вспоминал молодые годы, когда самому приходилось заниматься «кулинарией», и изобретал.... Из последнего изобретения понравилось в особенности одно: приготовляемое из риса с поджаренным мясом курицы. В это блюдо входил чеснок и много горького перца.

Этим пикантным блюдом закончилась последняя «иллюзия». Ему суждено было стать последней прелестью жизни.

— Наверное, дождь будет — говорил он в эту сентябрьскую ночь. У него разболелся ревматизм, позвоночник, в пояснице ломило спину. — Не надо было мне сегодня есть так много этого риса... Тяжело! —

Он раскинулся на постели и тяжело дышал. Ему было душно.... Почему-то сосало под ложечкой.

— А тут еще, черт побери, ноги «морозит». От пяток до колен, и боль и холод.... Впрочем, спать пора... —

Прошло более часа в молчании и тишине. И эта мертвая тишина настораживала. Оказалось, наш старик так и застыл, раскинув руки в стороны, только ноги плотно закутав одеялом.

Конец.

Работа, эссе (Как спасение от Деменции)

Вместо пролога

Работа – это главное в жизни.
От всех неприятностей,
от всех бед
можно найти одно избавление
– в работе.

Идеалом для всех был бы, мы все мечтаем об этом, – «Человек слова и дела», так должен жить человек по-настоящему. Различаем мы людей по делам, и это не менее важно, чем то, кто твой друг: друг тебе самому или друг твоему положению, – говорит ли он то, что потом исполняет.

Плохо, – когда в делах-то своих человек неплох и даже мастер, но в речах он нехорош бывает и поведение его не всегда хорошее. Но куда хуже, – когда человек красиво говорит, но дела делать не умеет и делает все плохо.

Словами нынче не насытишь, слова сегодня – ветер. Любезностями не прокормишься, если только это не обман. Это, все равно, как охота на птиц с зеркальцем, когда их ослепляют и ловят в сачок. Только тщеславного можно насытить комплиментами – воздухом.

Слова для человека должны иметь цену, как залог самого дела. Ибо у трухлявого дерева, как бы ни прекрасно оно выглядело снаружи, одна листва, а плодов нет. Вот поэтому надо различать людей – от кого польза, а от кого только тень его слов.

Работать надо с уверенностью в себе.

За легкое дело берись, как за трудное, это раз; и, во-вторых, наоборот, за трудное – как за легкое.

В первом случае – видя дело легкое, не кичись, чтобы уверенность твоя не перешла в беспечность.

Во-втором – чтобы неуверенность, когда находишь дело трудным, не перешла бы в робость.

А то не совершишь дело – заранее считая его совершенным, при легкости, и заробев, бросишь его, оставив неисполненным.

И еще важно помнить, что усердие совершает невозможное. Великие начинания даже не надо обдумывать, иначе, увидев трудности, отступишь. Начав дело, уже не отступай, все трудности решатся по ходу его.

Человек должен трудиться, работать в поте лица, кто бы он ни был, и в этом одном заключается Смысл и Цель его жизни, и его счастье и его восторги.

Когда вы трудитесь, вы исполняете часть самой ранней мечты земли, уготованную вам в далекие времена, когда жизнь еще только родилась. И работая, вы истинно любите жизнь. А возлюбить жизнь через работу, – значит, приблизится к глубочайшей тайне жизни.

Люди от природы ленивы, всем хочется нежиться и отдыхать, блаженствовать. Но в нас заложено инстинктом стремление к труду. Во всей природе, все организмы трудятся для развития своих обществ. И труд человека – это первый плод благоустроенного общества. А когда народ впадает в состояние лени и безразличия – это общество разваливается. Все начинается из-за несправедливого устройства общества, которое не придает уже больше труду той цены, которую он заслуживает.

Так было со всеми великими империями: Римские патриции жировали, а им прислуживал народ, который был неграмотен и которому всякие достижения цивилизации были незнакомы – ни науки, ни искусства – и мы видим разрушение Римского цивилизованного мира. Где их акведуки и где их термы (бани). Народ в Средневековой Европе вообще не мылся лет 300 после распада Римской империи. Тогда как Римский патриций принимал ванны каждый день раньше. А варвары ходили в туалет на улицу и выливали помои на мостовую из окон на головы прохожих, канализации и во-

допровод римский разрушен до сих пор! Теперь все достижения Римской науки только в музеях.

Вот что значит – когда не придается должное значение труду человека!

Жить – значит работать. Труд есть жизнь человека.

Главное достоинство труда состоит в том, чтобы он сам по себе был целью, и средством, чтобы наслаждение было в нем, а не в результатах его.

Трудитесь! Ибо мир не будет раем
Для тех, кто хочет жить лентяем.
Труд, который мы делаем охотно,
Исцеляет все боли, и мы не хвораем.

Труд, который приятен нам
Излечит и горе и не даст места бедам.

Добытое трудом, с радостью
И принимается и сохраняется.
А что получено без труда
То быстро проходит и исчезает.

Есть пояснение о труде в книге «Домострой»

«Всякую работу и всякое дело надо делать с молитвой и доброй беседой, или же в молчании, а если во время работы будут произноситься праздные и грязные слова или же работающий станет роптать, смеяться, или, того хуже, кощунствовать, или же петь непотребные песни, – то от такой работы милость Божия отступит и все дело, еда или же питье будут сделаны плохо».

Не случайно давали такие наставления рабочим наши предки. Все служит благу: сосредоточенность в каждом труде нужна, а отвлечения вредны.

Что наспех делается – недолго длится – как говорится. Только терпеливый закончит дело свое, а торопливый упадет. И способности, и смелость и доблести – всё это ничто, пока мы не приложим ко всему – труд. И никто и ничего не делает хорошо, если это против воли, даже если человек мастер в своем деле. Чрезмерное усилие больше портит, чем улучшает.

Это тоже важная составляющая – полюбить тот труд, то дело, где ты трудишься. Дети уже любят движение и стремят-

ся подражать взрослым строя замки на песке, – так и нужно воспитать их в любви к труду. А не отвращать их от работы: не делай, за тебя уже сделано, можно купить готовую поделку. Когда ребенок сам подарит маме собственноручно изготовленный подарок – радость вложенного труда будет взаимна. Час работы научит большему, чем день объяснений, ибо если занимать ребенка в мастерской, его руки работают в пользу его ума: он становится «философом», внешне считая себя только лишь ремесленником. Сознание плодотворности труда, – есть одно из самых лучших удовольствий.

Занятия налагают отпечаток на характер – или не берись, или доводи до конца. Ничто в жизни не достигается без большого труда. Если это понято с детства – то человек будет уверенным и трудолюбивым и достигнет в жизни многих успехов.

Это очевидно, что мы рождены для деятельности. Ум человеческий всегда стремится к какой-нибудь деятельности, и ни при каких обстоятельствах не терпит непрерывного покоя. Тела юношей закаляются трудом. Стремление к деятельности крепнет с годами взросления.

Если какое-либо занятие человеку явно не по душе, неприятно, необязательно и, в сущности, бесполезно, то чем скорее он бросит его, тем лучше для него самого и для всех, кого это касается. Отдавайтесь вашему делу всем сердцем и душою, – но посмотрите прежде вокруг, хорошо ли это де-

ло для других людей.

Нам отказано в долгой жизни, поэтому оставим труды свои на память поколениям, которые докажут, что мы жили! Как много дел в истории считались невозможными, пока они не были осуществлены: ковер самолет и прочие мечты, подводная лодка в том числе.

Но сказано – сделано. Великих людей всегда питал труд. Они трудились, пока позволяли силы и годы, чтобы смерть застигла их посреди трудов.

Жизнь без труда – воровство. И труд без искусства – варварство. Всякий труд облагораживается и развивается. А всякий дурно исполненный труд – есть та же ложь, обман. Он же бесчестен.

Каждый, достойный называться человеком, – должен иметь желание и способность к труду. Самый несчастный человек – это тот, для кого в этом мире не нашлось достойной работы.

Любой и всякий труд благороден – и, можно сказать, что благороден – один лишь труд! Благословен тот, кто нашел дело в жизни, большего счастья человеку и не надо.

Человеческая природа устроена так, что человек может достичь своего усовершенствования, – только работая для усовершенствования своих современников и своих детей

и потомков, для их блага. И в этом весь смысл всей жизни.

Для всех – кто ищет смысл жизни – прост ответ – работай на благо человека и человечества.

Труд – это великое право и великая обязанность. И постоянный труд – это как закон природы.

Когда человек занимается делом, то разговаривает только тогда, когда есть что сказать, но во время безделья – появляется потребность говорить непрерывно, болтать любые пустяки. И человек теряет время. А каждое потерянное мгновение – стоит потерянному делу, это потерянная польза.

Труд – это целительный бальзам,
Он добродетели источник.
Кто малого не может сотворить,
Тому и большее невозможно.

Неусыпный труд всегда
Все препятствия преодолеет.

«Один только опыт я ставлю выше, чем тысячу мнений, рожденных только воображением» – говорил Ломоносов и трудился в своих лабораториях, делая открытия.

Нелегко приниматься за дело, когда нет сил на него. Испортишь дело – выйдет мерзость. Поэтому труд должен быть сообразен силам человека. И он бывает неприятен тогда, ко-

гда превышает силы человека и приносит ему вред. Вот тут надо много учиться тому делу, за которое решил взяться.

Если ты что-нибудь делаешь – надо делать хорошо. Если же ты не можешь или не хочешь делать хорошо, – лучше совсем не делать.

Там, где труд превращается в творчество, естественно, даже физиологически, – исчезает страх смерти. Труд! И труд! Человек чувствует себя счастливым, когда трудится.

Берись за дело, как следует, и ты получишь хорошие результаты, потому что всякому известны поговорки: Капля по капле – камень ломает; и небольшими ударами топора можно свалить толстый дуб.

Будем трудиться, потому что труд – это отец удовольствия. Корабль жизни, идущий по волнам времени, поддается всем ветрам и бурям, если не будет иметь трудового балласта. Надо поставить свою жизнь в такие условия, чтобы труд был, почитаем и необходим. Без труда не может быть чистой и радостной жизни.

Конец.

Сны и реальность

С девятого на десятое октября приснился мне реальный сон. Сон, в котором я ощущал все события так реально, что казалось, будто я попал в другой реальный мир. Все прикосновения были ощутимы как днем. Я жил также в сонном мире, как живу сегодня и сейчас в нашем. Этот мир в моей голове такой же сложный и непредсказуемый..., но были и некоторые отличия: законы физики там нарушались, но и в нашем мире полно бывает чудес, которые даже наука наша не в состоянии объяснить.

Может быть это шизофрения? Говоря о психических отклонениях – все люди, в той или иной степени, больны (все шизофреники). Потому что у всех есть свои представления и каждый видит одно и то же событие по-своему, один замечает одно, другой – другое.

А ещё: неврозы передаются от человека к человеку также, как инфекции, типа гриппа (есть синдром толпы, так называемый), но неврозы проходят, поддаются лечению, и не оставляют последствий (инвалидности). А в самом деле (!) – бывают периоды в жизни каждого человека: периоды активности, безудержного веселья или неожиданные приступы гнева сменяются, вдруг, периодами полного безразличия, когда человеку хочется постоянно лежать, повернувшись к стене,

смотреть ни на что не хочется. – Всё это мы называем «настроением», и настроение наше меняется час от часа, поэтому мы не придаём большого значения этому – а ведь это и есть «шизофрения». А что – нет?

Потому что, если одно и тоже «настроение» длится дни, месяцы, а иногда и годы – можно говорить уже о «психопатии», которую (болезнь психопатию) можно сравнить с инвалидностью, и в отличие от (инфекционного) невроза. Психопатия уже неизлечима. И эту болезнь, бывает, невозможно исправить-вылечить, как невозможно вернуть ногу безногому. Психозы похожи на хронические заболевания, с которыми можно жить, но которые нельзя излечить полностью.

Шизофрения – это «расщепление сознания». Это не слабоумие и не бред. Логика шизоида (шизофреника) подчинена другим закономерностям, характерным для наших снов и фантазий.

Итак, сон был реальный, попробуем его рассказать.

Разбуженный громкими весёлыми голосами, я открываю глаза (это во сне, я же знаю, что сплю). Вижу спинку старой железной кровати, с набалдашником, который сверкает на солнце золотисто окрашенный; за спинкой окно, в которое и бьёт лучами солнце.

Сон ещё одолевает меня, я весь в сонном, зыбком и призрачном мире, который жалко покидать. Я закрываю глаза, зарываюсь лицом в мягкую подушку, живо ощущая всю её

мягкость. Но громче слышатся голоса, всё дальше уплывает, неуловимее становится сонный призрачный мир.

Я опять открываю глаза и вижу молодого своего отца. Он стоит надо мною, большой и бодрый, ласково треплет мой лоб большой загорелой рукой. Я беру его руку и ощущаю запах душистого сена, вероятно он только что кормил сеном скотину во хлеве.

– Вставай, вставай, Серый! —

И я просыпаюсь в том мире своего детства, (который мне снится – сознание, вернее подсознание, подсказывает мне, что реальность не такова, что я уже вырос и что отца давно нет рядом, но хочется вернуться в далёкое – в то моё детство, вспоминаемое мной, как я думаю).

И я просыпаюсь совсем. Чувство радости жизни, яркого летнего утра во всей полноте охватывает меня. Я одеваюсь торопливо и, стуча бурыми от загара ногами по дощатому полу, выбегаю на улицу.

Солнце высоко. Под зелёной развесистой берёзой лежит на траве серебристая роса. В тени по-утреннему прохладно, свежо, и ступни ног ощущают прохладу, а на крыльце уж по-полуденному начинает припекать, телу тепло. (Очевидно, одеяло открыло ноги, а тело укрытое было в тепле под ним). Меж ветвей дерева широкая, искусно наведённая за ночь паутина, вся серебряная от капелек росы, отчётливо, каждой ниточкой выделяется на фоне густой тёмно-зелёной листвы. В небе ни облачка, синева бездонная; и ни единый

лист не двинется, тихое безветрие.

Вдруг, неожиданно, я оказываюсь, в загороди из растущих камышей, на берегу реки, холодная прозрачная вода холодит мне ноги. Я брожу по мягкому песочку выискивая на мелководье мелькающих рыбок, пятнистых пескарей. Вот, один застыл в песчаной ямке, и я подвел к нему руки и зажал его в ладонях вместе с песком, ощущая, как пескарик затрепыхался в пригоршне, вытащенный из воды; на берегу он отпущен был в банку с водой.

Глянул вдаль. На лугу, за лозовыми кустами, движутся девки и бабы в цветных сарафанах, в белых и красных платках. Поматывая подолами платьев, они ходят по лугу с граблями переворачивают сено, сгребают в копны и накладывают в возы, возле которых мужики весело подшучивают и громко смеются все.

На другом берегу, более высоком, за ольховыми деревьями, свисающими ветвями с небольшого обрыва в воду, светло-зелёным морем поднимаясь по холму, ходит и колышется рожь. Солнце стоит высоко и печёт. В обеднённом, скошенном лугу, с медовым запахом сена, неутомимо и неустанно звенят кузнечики. Звон их удивительно сливается с глубокой синевой и неподвижностью сухого июльского дня.

На старой телеге, наверху, подоткнув сарафан, в голубеньком, спустившемся на шею платке, сверкая на солнце рыжими волосами, топчет сено молодая Анютка: широко раски-

дывая руки, она принимает охапки, которые ей подаёт снизу дед-Андрон. Дед-Андрон, с берёзовыми вилами, как раздвоенная ветка дерева, неспешно втыкает деревянные рожки вил в сухое пахучее сено, и, кряхтя, осыпая себя дождём сухих травинок, подаёт сена. В его путанных седых волосах, в серой жидкой бородке висят набившиеся сухие травинки. Наложив воз, он неторопливо протягивает стоящей на возе девке круглое бревно-гнёт, закидывает верёвку и привязывает гнёт к телеге.

Вот, меня подсаживают высоко на воз. Потом я еду. Воз скрипит, качается, я крепко держусь и за деревянный гнёт, и за толстую верёвку. Смотрю с высоты на деда-Андрона, идущего сбоку; на напрягающуюся в оглоблях лошадь, на кузнечиков, с треском рассыпающихся из-под копыт лошади и падающих в траву дождём по сторонам; на собаку Дружку, устало бредущую с высунутым розовым языком.

Хорошо и чудесно в большом сенном сарае, набитом почти до самого верха, под крышей, отдающей теплом, нагретой солнцем. Хорошо топтать мягкое сено, забирающееся под рубашку, прыгать вниз головой с переворот на спину со скользких балок, ползать и кувыраться. В сарае живут голуби. Хлопая крыльями, обдавая ветром, они проносятся на самой головой. Ласточки-касатки влетают в широкие, открытые настежь ворота.

В обед, в самую жару, всё на час затихает. Спит дед-Андрон, прикрывши голову от мух выгоревшим картузом; спит

в углу сарая, в тени на сене, девка Анютка, задравши на голову сарафан и протянув босые ноги; спит и собака Дружка, забравшись под лопухи и щелкая мух мешающих, сающихся на нос.

Я бегу к мосту, к запруде, к месту «старой мельницы», которой уже давно нет. Быстро можно бежать по накатанной, с горячей мягкой пылью, дороге под откос. А потом сразу же прыгнуть в воду реки. На мелководье вода тёплая, из светлой превращается муть, поднятую ребячьими ногами со дна.

Под старыми толстыми вёслами, с другой стороны моста-плотины глубокий омут с тёмной водой. В просвеченной солнцем воде дремлют-стоят толстоспинные голавли. Они стоят неподвижно, чуть пошевеливая плавниками. Быстрые уклеи, пускают на воде круги и ловят падающих на воду мошек, они стадами гуляют в прозрачной воде.

После купания приятно валяться на прибрежной траве, повернувшись на спину видеть синее небо; смотреть, как по соломинке-травинке неторопливо поднимается, усеянная мелкими точками божья коровка; как высоко в небе, под редкими белыми облачками, распластав крылья парит ястреб, высматривая добычу на земле.

Конец.

Цветные сны: «Кто видит цветные сны и почему?»

Среди учёных нет единого мнения.

О том, что они видят сны в цвете, чаще всего говорят представители творческих профессий, в первую очередь, художники и музыканты. Некоторые живописцы и не скрывают, что образы своих картин они первоначально увидели во сне. Учёные-исследователи утверждают, что красочные сновидения свойственны эмоциональным людям, а также левшам. Установлено, что за яркость снов, их образность и «фантазийность» отвечает правое полушарие мозга. Оно то как раз и развито лучше у левшей.

Представительницы прекрасной половины, которые более эмоциональны, чем мужчины, примерно в полтора раза чаще рассказывают о своих цветных снах по сравнению с сильным полом.

Если обратить внимание на различные возрастные группы, то просматривается ярко выраженная тенденция, указывающая на то, что с возрастом людям цветные сны снятся реже. Некоторые ученые напрямую увязывают краски сновидений с цветным телевидением и цветным кино. Эти специалисты утверждают, что пожилые люди видят преимуще-

ственно черно-белые сны, потому что в их детстве и юности были черно-белое ТВ и черно-белый кинематограф (впрочем, их противники приводят в качестве контраргумента то, что исследования черно-белых снов начались куда раньше, чем возникли телевизоры и даже кинотеатры). Такое утверждение позволяет высказать предположение, что нынешние дети и молодежь, родившиеся в век цветных телевидения, кино и мониторов, когда достигнут преклонного возраста, будут видеть цветные сны гораздо чаще своих родителей, бабушек и дедушек.

Учёные-исследователи указывают на зависимость сновидений от настроения человека в течение дня. Если вы грустите, находитесь в подавленном состоянии, если день не задался и выдался тяжелым, то вряд ли вы увидите ночью сон в цвете. А вот радостные события, случившиеся в течение дня, и хорошее настроение становятся залогом цветных сновидений. В то же время, важно отметить, что не все цветные сны приятны по своему содержанию. Данные исследований свидетельствуют о том, что кошмарам чаще приписывают цветность, чем другим снам. В свою очередь, черно-белый сон может быть приятным и позитивным.

Почему нам снятся цветные или черно-белые сны?

А теперь вернемся к исследованиям ученых. Некоторые

современные специалисты утверждают, будто черно-белых снов вообще не существует. Все люди видят цветные сны, просто, многие не могут запомнить цвета, увиденные ночью (также как некоторые не могут запомнить сюжет, детали или весь сон), поэтому, пытаясь описать увиденное, говорят о черно-белых тонах. Кто-то видит сны в неярких, приглушенных красках и, проснувшись, не может вспомнить цветовую гамму. Другие же ученые говорят, что мы все видим черно-белые сны, но так как мир вокруг нас цветной, то, просыпаясь, мы будто «переносим» сон в реальность.

И так как ученые, так и не пришли к единому мнению, мы дадим свой ответ на вопрос, цветные сны или черно-белые. И по нашему мнению, и тот и другой варианты ответа правильный. Сны могут быть и черно-белые (для тех, кто верит и знает, что такие бывают), и цветными. Иными словами, вам снятся именно такие сны, какими вы хотите (по крайней мере на бессознательном уровне) и/или привыкли их видеть.

Если вам не нравится черно-белая гамма и вы хотите наслаждаться яркими красками своих снов, видеть ночные образы в цвете, то попробуйте последовать нескольким несложным советам.

Какой бы ни была причина, почему некоторые люди видят черно-белые сны, а некоторые цветные.

Эти шаги наверняка смогут помочь и вам ощутить полноту палитры. Развивайте правое полушарие мозга. Для этого

постарайтесь больше задействовать левую руку: пишите ею несколько фраз в день, держите в ней ложку во время обеда (кстати, то же правило работает и для нейробики). Учитесь радоваться жизни, наслаждаться каждым днем. Стремитесь быть позитивным человеком. Старайтесь получать новые впечатления, ведите более или менее активный образ жизни и спите достаточное для вас количество часов (существует версия, что уставший мозг выдает более тусклые и нечеткие сны). Со временем вы наверняка заметите, что сны ваши станут цветными и яркими.

Конец.

«О человеке»

Каждый устроен по-своему (все об этом знают, по крайней мере, подозревают). И нет человека, который был бы законченным злодеем.

Нет и таких, – праведников, которые сочетали бы в себе все достоинства: и красоту, и сдержанность, и ум, и вкус, и верность. Каждый человек хорош по-своему, и бывает, трудно оценить, – кто же, в самом деле, лучший!

Многому способствует светская власть (в оценках человека). Её работа и состоит в том, чтобы из диких зверей сделать людей и предохранить их от дикости. Эта власть должна сохранить каждому его тело – не разрешать, чтобы его кто-нибудь повредил (это раз);

(2) она должна сохранять его жизнь, чтобы не мог кто-нибудь её взять и обесчестить;

(3) она должна сохранить каждому его ребенка, чтобы его не мог кто-нибудь увести и\или похитить;

(4) она должна сохранить каждому его дом и его двор, чтобы кто-нибудь не смог ворваться туда и что-нибудь нарушить;

(5) она должна сохранять каждому его поля, скот, имущество всякого рода, чтобы не мог кто-нибудь похитить и\или повредить его.

В этом главное отличие людей от животных: в том, что у них есть светские власти!!!

Но в жизни, однако, как в пути: самая короткая дорога обычно самая грязная, да и на длинной есть грязные участки, поэтому и длинная дорога не многим чище. Всегда найдется человек «нечистый на руку», шантажист или рэкетир. Нелегкий путь представляет жизнь человека.

И к тому нужны знания, чтобы преодолеть нелегкий путь жизни без лишнего труда и печалей.

Знания нужны непростые с одной стороны и совсем простые, банальные с другой, как посмотреть. Ведь, ученость сама по себе дает указания чересчур общие, если их не уточнить опытом: теория без практики мертва, как известно. В каждом человеке природа восходит либо полезными злаками (ситной пшеницей), либо сорной травой (чертополохом). Отсюда и все указания умные: поливай злаки и истребляй чертополох души своей человек.

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.