

НАЧАЛО

12+

ДОБРОДЕТЕЛИ И ПОРОКИ

**ДАРИО САЛАС
СОММЭР**

ОТСУТСТВИЕ СТРЕМЛЕНИЯ
К САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ –
САМЫЙ ТЯЖКИЙ ИЗ
ЧЕЛОВЕЧЕСКИХ
ГРЕХОВ

**ПЕТР
МАМОНОВ**

НАМ НУЖНО ПОМЫТЬ СЕБЯ ИЗНУТРИ –
И ХОРОШО СТАНОВИТСЯ ДАЖЕ БЕЗ ДЕНЕГ

**АЛЕКСЕЙ
КОРТНЕВ**

ЛЕНЬ – ГЛАВНЫЙ БИЧ
НАШЕГО ВРЕМЕНИ

**ЛЕВ
ТОЛСТОЙ**

САМАЯ ПЕРВАЯ ДОБРОДЕТЕЛЬ –
ВОЗДЕРЖАНИЕ



НАЧАЛО

ЦЕННОСТИ И КАЧЕСТВО ЖИЗНИ

В КАЖДОМ НОМЕРЕ ЖИЗНЕННО ВАЖНЫЕ ТЕМЫ, ВОЛНУЮЩИЕ ВСЕХ:
ЛЮБОВЬ, СЧАСТЬЕ, ДЕТИ, СЕМЬЯ, МНЕНИЯ ИЗВЕСТНЫХ ЛЮДЕЙ,
МЫСЛИТЕЛЕЙ И ДЕЯТЕЛЕЙ КУЛЬТУРЫ.



УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ, ВЫ МОЖЕТЕ ПОДПИСАТЬСЯ
НА ЖУРНАЛ «НАЧАЛО»

Вы можете заказать курьерскую доставку на ваш адрес. Для этого достаточно указать имя и адрес, отправив электронное письмо, или сделать звонок. Стоимость доставки 200 рублей.

Тел. 8 (965) 209-61-52
e-mail: nachalomag@gmail.com



Когда человек имеет сознание и смелость видеть себя глубоко, то он осознает себя в основном ленивым и достаточно извращенным животным с весьма скромными человеческими способностями. Это, конечно, трудно морально выдержать. Именно поэтому большинство людей для спокойствия своей психики обманывают самих себя, думая о себе слишком хорошо. Те же, кто имеет не только смелость видеть, но и осознанную волю сдерживать свои животные импульсы, уверенно идут со смыслом по Жизни. Писать об этом, конечно, гораздо проще, чем делать это.

Издатель,
Антропов Алексей

nachalo.journal@gmail.com

НАЧАЛО

ДОБРОДЕТЕЛИ И ПОРОКИ

февраль – март 2019 (№51)

ИДЕИ

- 8 «ЧЕЛОВЕЧЕСКИЕ ПОРОКИ»
Сальвадора Дали
- 30 САМЫЕ ДОБРЫЕ ЛЮДИ
В РУССКОЙ ИСТОРИИ
*Невыдуманные истории императрицы
Марии Федоровны, князя Одоевского,
хирурга Николая Пирогова и других*
- 34 ДЕТИ – ЖЕРТВЫ ПОРОКОВ
ВЗРОСЛЫХ
Памятник-композиция Михаила Шемякина

САМОПОЗНАНИЕ

- 8 БЕЗОТВЕТСТВЕННОСТЬ И ОТСУТСТВИЕ
САМОКОНТРОЛЯ
Отрывок из книги Дарио Саласа Соммэра
- 13 ТОП-10 ПОРОКОВ ЧЕЛОВЕКА,
СНИЖАЮЩИХ УРОВЕНЬ ЭНЕРГЕТИКИ
- 17 ОТ ЖАДНОСТИ ДО ЛЕНИ
- 22 8 ГРЕХОВНЫХ СТРАСТЕЙ И
ПРОТИВОПОЛОЖНЫХ ИМ
ДОБРОДЕТЕЛЕЙ

МЫСЛИ

- 10 ДОРОГА ПЕРЕМЕН
*Константин Кинчев, Екатерина Васильева,
Илзе Лиена и Петр Мамонов о жизненном
пути*
- 16 ИВАН ИЛЬИН О СМирЕНИИ
*Можно ли самом деле требовать смирения
от людей?*
- 18 ПЕРВАЯ СТУПЕНЬ
*Отрывок из одноименной работы
Льва Толстого*
- 44 ПОРОКИ И ДОБРОДЕТЕЛИ
Сказка Михаила Салтыкова-Щедрина

ИНТЕРВЬЮ

- 4 ЧЕЛОВЕК МОЖЕТ ИЗБАВИТЬСЯ ОТ
ЛЮБОГО ПОРОКА...
Ирина Безрукова
- 26 КАЖДЫЙ ЧЕЛОВЕК ПОЯВЛЯЕТСЯ
НА СВЕТ СО СВОЕЙ «КАРТОЙ»
Алексей Кортнев и Амина Зарипова
- 38 НЕДОСТАТОК В ПРАВИЛЬНОМ
КОНТЕКСТЕ – ЭТО ДОСТОИНСТВО
Тренер и коуч Владимир Виноградов

20 АФОРИЗМЫ

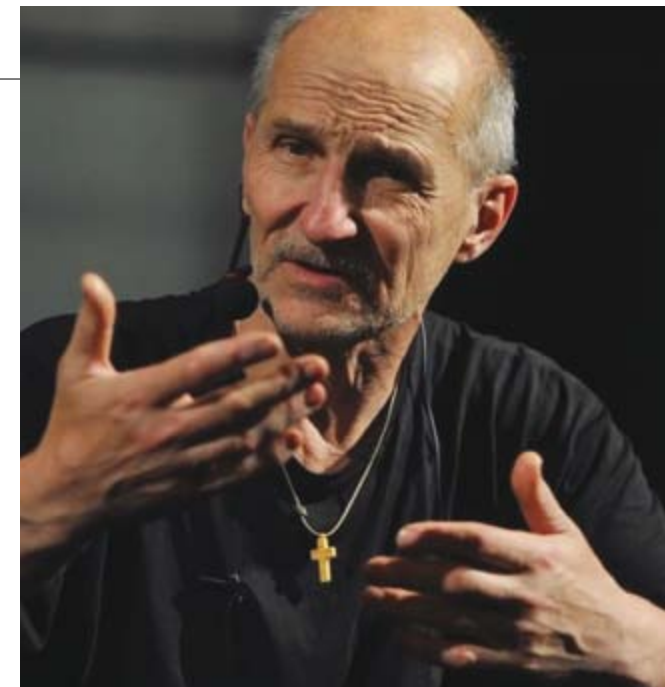
49 ЦИТАТА НОМЕРА

14, 28, 40 ПРИТЧИ

42 ПОЭЗИЯ

50 КНИГИ

51 ФИЛЬМЫ



Ирина Безрукова

ЧЕЛОВЕК МОЖЕТ ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ЛЮБОГО ПОРОКА...

С какими недостатками в людях Вы не готовы мириться?

И.Б.: Во-первых, я никогда не встречала идеальных людей. Во-вторых, недостатки бывают разными. К примеру, лень – «двигатель прогресса», и масса полезных и нужных вещей были изобретены благодаря ей. Но если говорить о том, что для меня неприемлемо, то... Хамство, насилие, ложь, воровство, желание обидеть кого-то – вот с чем я вряд ли готова буду мириться вне зависимости от того, насколько человек для меня дорог и ценен.

А что Вы цените в людях превыше всего?

И.Б.: Однозначно – честность, справедливость, доброту. Еще дружелюбие, умение держать свое слово, интеллигентность.

Уделяете или Вы внимание собственным недостаткам? Пытаетесь от них избавиться? Или принимаете их в себе?

И.Б.: Да, безусловно. Я стараюсь держать их в «фокусе» и понемногу вымещать полезными привычками и навыками. К примеру, я долгое время засыпала далеко за полночь. Иногда к утру. Засиживалась в интернете и по другим разным причинам, которые казались мне уважительными. А нормальное время отходить ко сну с 21:00 до 24:00. Сейчас я стараюсь засыпать вовремя. Хвалю себя,

балую, когда получается. Кстати, и самочувствие, и тонус стали лучше.

На самом деле, мы не всегда можем здраво оценить наличие у себя недостатков. Иногда имеет смысл прислушаться к мнению близких и родных. К примеру, я не курю, и курящие люди в моем окружении это знают. И я благодарна им за то, что они стараются курить в отдалении, а не рядом.

По поводу того, принять свои недостатки или постараться исправить, я думаю, что полезнее поработать в направлении их исправления. Для начала надо принять решение, осознав, что эта привычка не позитивная и мешает в жизни. Второй вариант – заменить ее на другую, менее вредную.

Я в принципе верю в то, что человек может избавиться от любого порока, даже наследственного, – генетика не столь тотальна. Можно сдать тесты на генетические предрасположенности, это сейчас возможно. Я, например, знаю трезвенников, у которых были сильно пьющие родители. Полагаю, что все возможно изменить, если задаться целью. На пути избавления могут помочь окружение, настрой, саморазвитие, группы по избавлению от зависимостей и, конечно, поддержка людей, мнение которых цените.

БЕЗОТВЕТСТВЕННОСТЬ И ОТСУТСТВИЕ САМОКОНТРОЛЯ

ОТРЫВОК ИЗ КНИГИ ЧИЛИЙСКОГО ФИЛОСОФА ДАРИО САЛАСА СОММЭРА
«МОРАЛЬ XXI ВЕКА»



Отсутствие стремления к самосовершенствованию и удовлетворенность своей незавершенностью, вероятно, — самый тяжкий из человеческих грехов, поскольку косвенно оскорбляет Создателя и наших ближних.

Это оскорбление Создателя, потому что наше предназначение на Земле — пройти индивидуальный путь эволюции, а вместо этого мы остаемся инертными и невежественными в отношении возможности совершенствования.

Это оскорбление ближних, поскольку мы делаем их жертвой нашей лени и несовершенства, запредельной безответственности, нечестности, неосознанности, лицемерия, зависти, насилия и бесчувственности, отказываясь помогать им в нужде, вынуждая терпеть наши недостатки, бесконечно рана их своей нетерпимостью и отсутствием общения.

Тому, кто не стремится к самодисциплине, моральному и этическому совершенству, недостает человеческого достоинства. Основной долг человека состоит в достижении той цели, для которой он

был создан; эта цель представляет собой высшее добро и заключается в вертикально направленной эволюции. Если человек не идет по этому пути, он нарушает главную заповедь жизни, что равнозначно эволюционному самоубийству.

Мы можем оценить состояние деградации, в котором пребывает мир, если увидим и признаем недостаток или полное отсутствие интереса человека к своему собственному развитию, совершенствованию и завершению. Более того, интеллектуальная гордыня тех, кто считает себя завершенным и совершенным, приводит к недооценке или полному отрицанию эволюции человека, они поклоняются только ложным ценностям материалистического общества и заняты лишь развлечениями и потребительством.

Человек, который не верит в высшие ценности и не следует им, проецирует этот скептицизм на свою собственную жизнь, а поскольку его существование незначительно и посредственно, то он судит о других по своей мерке.

Пока человек не осознает крайней необходимости спасти себя от одиночества и тоски «небытия», он будет испытывать экзистенциальную боль от осознания пустоты и отсутствия цели, и у него не будет сил взять в свои руки управление собственной жизнью.

Получив бесценный дар жизни, он разбазаривает его, гоняясь за химерами и миражами, пытаясь снаружи найти то, что находится внутри него самого, упускает драгоценную возможность



внутреннего роста и достижения более высоких уровней морального и духовного совершенства. Охваченный невероятным эгоизмом, человек лишает свое высшее «я» лучших даров жизни и обделяет мир тем хорошим, что он мог бы дать, если бы завершил себя. Имея дар Божественной искры, люди слепо бродят по жизни, жалуясь на ее бессмысленность и бесцельность, на то, что их никто не понимает, и видят единственный смысл своего существования в развлечениях и удовольствиях. Это огромное лицемерие.

Люди презирают собственный дух, который томится в ожидании момента, когда их высшее сознание пробудится, дав возможность духу полностью проявить себя в физическом теле и получить доступ к реальности настоящего момента. Люди, сами того не осознавая, испытывают невероятную духовную боль от того, что разлучены с собственной сущностью. Поэтому они пытаются наполнить свою жизнь всевозможными материальными наслаждениями, пытаясь смягчить

невыносимое одиночество и разочарование, которые не позволяют им ощутить счастье и добро, хотя они так жадно к ним стремятся.

По этой же причине многие люди с головой уходят в работу, желая приумножить свои материальные богатства. Так они надеются обрести счастье, но оно постоянно ускользает из рук: как только им кажется, что они его достигли, немедленно приходят пустота и разочарование.

Как было сказано

ранее, материальный успех — это лишь часть жизни, но человек уделяет его достижению все внимание, забывая об остальном. Кроме того, материальный успех не имеет соответствия в Природе и существует только в мире людей.

Полный успех человека состоит в восхождении по пути вертикальной эволюции, когда выполняются замысел Создателя и законы Природы. Это наивысшая награда, которой может достичь человек. Тот, кто несколько не продвинулся по этому пути, может считать себя неудачником в школе жизни. Он лишь пополнит армию циников, разувверившихся во всем, включая самих себя.

Нельзя достичь духовного прогресса, не познав самого себя, не осознав собственных ошибок, дефектов и недостатков, явных и скрытых пороков, а также не закалив характер и не укрепив волю.

Это работа на всю жизнь, а не просто приятное времяпрепровождение или развлечение ради того, чтобы скрасить скучное существование.

«ЧЕЛОВЕЧЕСКИЕ ПОРОКИ» САЛЬВАДОРА ДАЛИ

В 1972 ГОДУ ХУДОЖНИК СОЗДАЛ СЕРИЮ ЛИТОГРАФИЙ ПОД ОБЩИМ НАЗВАНИЕМ «ЧЕЛОВЕЧЕСКИЕ ПОРОКИ» ПО МОТИВАМ РОМАНА ФРАНСУА РАБЛЕ «ГАРГАНТЮА И ПАНТАГРЮЭЛЬ». ПРИВЫЧНО СМЕШИВАЯ УЖАС И ФАРС, ДАЛИ ИЗВЕРГ В МИР 20 КРИЧАЩИХ, ВЫЗЫВАЮЩИХ БУРНЫЕ ЭМОЦИИ И ОМЕРЗЕНИЕ РАБОТ.



Чревоугодие

Переедая, человек дает энергию и плоть для низких сущностей, развивающихся и размножающихся, которые губят человеческую душу и тело.



Убийство

Убивают лишь скользкие и мерзкие люди-жабы. Они навсегда потеряли человеческое лицо.



Легендарный и, наверное, самый неординарный испанский художник-сюрреалист Сальвадор Дали – фигура в мировом искусстве, мягко говоря, противоречивая. Одни считали его сумасшедшим, другие – гением. Сам Дали называл себя спасателем всего мирового искусства, ибо только он один «...способен возвысить, объединить и с царственной пышностью и красотой примирить с разумом все революционные эксперименты современности». Прославился он не только благодаря творчеству, но и тщательно выстроенному скандальному образу, эксцентричному поведению и вызывающим высказываниям как о себе, так и об окружении. О Сальвадоре Дали написаны тысячи книг и песен, снято множество кинофильмов, но смотреть, читать и слушать это все необязательно – ведь есть его картины. Гениальный испанец на собственном примере доказал, что в каждом человеке живет целая вселенная – причем, населена она как ангелами, так и демонами.



Гордыня

Возвышая себя над другими, мы становимся ослами, иными словами – животными. И наши потомки становятся низшими существами.



Блуд

Только мерзкие чудовища придаются блуду, уродливые, низкие существа. Жидкость в картине – это алкоголь, который и порождает этот грех. Центральный персонаж вам ничем не напоминает Сальвадора Дали? Дали сам признается в подобном грехе.



Жадность

Накапливая материальные блага только для себя, человек тем самым «закапывает» в землю все человеческое, своих близких и потомков. Даже у владык несметного богатства растет паразит, который со временем «съест» великого и могущественного.

ДОРОГА ПЕРЕМЕН



Константин Кинчев, рок-музыкант, лидер группы «Алиса»

Прежде чем сделать свой выбор, я и в эзотерике достаточно покопался, и с магией попетлял, Коран перелопатил, несколько раз бывал в буддистском монастыре. Все это было не то. В 1992 году, когда мне уже было тридцать два года, позвонил Стас Намин и сказал, что в Иерусалиме проводятся дни дружбы городов – его побратимов – и есть культурная программа. Поехал. И тут же в Иерусалиме я осознал, что мне надо креститься. Просто в монастыре я встретился с одной монахиней. Она сказала мне: «Ты вернешься домой и крестишься». Потом эта монахиня пришла в город со мной побеседовать, и ночью я провожал

ее в монастырь, который находился над Гефсиманским садом. Было далеко за полночь, я шел один, перескочил через ограду. Посмотрел на небо, представил, что здесь происходило. И одна мысль: вот сейчас бы мне умереть здесь, и все, больше ничего не надо – это было бы счастьем. С этим ощущением я вернулся в Москву. Сердцем почувствовал, что Православная Церковь – это место, где моей душе хорошо, а слова святого Феофана Затворника: «Не знаю, как кому, а мне без Православия не спастись», – лишь укрепили меня в ощущении верного выбора. Убеждение в том, что христианство пассивно, является ошибочным. Смирение воспитывает волю и дает силу противостоять злу.

Илзе Лиепа, балерина, актриса, народная артистка России

Андрис, мой брат, как и отец, крещен в лютеранской церкви. И уже взрослым человеком сам, совершенно сознательно, перешел в Православие. Он и на меня очень сильно повлиял в этом плане, хотя крестилась я самостоятельно, тоже уже взрослой. Я до этого очень много искала, пыталась какой-то смысл найти во всем. В свое время я читала книги о буддизме, и мне казалось, что я находила там много верного, созвучного моим мыслям. Я читала и головой понимала, что это все замечательно, верно, прекрасно, но никогда душа моя на этом не останавливалась. А вот когда брат дал мне почитать маленькую, простенькую, вроде бы примитивную книжечку о Православии, я всей душой откликнулась на нее.



Екатерина Васильева, советская и российская актриса театра и кино, народная артистка РСФСР

Если б я была крещена от рождения и хоть что-то в религиозном плане соображала, вся моя жизнь прошла бы по-другому! И я не натворила бы столько грехов! Все, что я сделала в своей жизни до крещения, все было абсолютно неправильно! Я жила впотьмах, без истинного знания. Все людские страдания и блуждания – от отсутствия информации о Боге и о Церкви. У людей верующих есть те самые ориентиры, которые позволяют преодолевать постоянные житейские трудности с гораздо меньшими потерями. Кроме того, они знают, к чему стремятся, и знают путь, которым надо следовать к Высшей цели. Но главное, что все происходящее на этом пути объяснимо: ты знаешь, почему ты болеешь, почему умирают твои знакомые, почему у тебя рождается или не рождается ребенок, почему все благополучно в работе или наоборот – на все есть ответ в Евангелии, в Церкви. И, понимая, ты застрахован от отчаяния и уныния, метаний и поисков виноватого. Сегодня на вопрос «Кто я такая?» я отвечаю: «Мать священника». Это в моем биографическом роду – вершина, и не моя заслуга, а дарованная Господом благодать. Сейчас, подходя к концу своей жизни, я понимаю, что человек свободный – это только верующий человек. Свобода – это результат того, что человек становится независимым от светских привычек и условностей. Человек свободен в Боге, во Христе.





Петр Мамонов, рок-музыкант, актер, поэт

Погибал, умирал, был на краю, жить хотелось. Взялся за ум. Стал спасать себя. Сначала тело. Потом о душе задумался. Порой сложно приходится, потому что надо преодолевать себя: страсти бурлят, кипят — ужас, караул! Тогда молюсь: «Господи, помилуй!» Помогает. Не помню о своем прошлом ничего, кроме того, что это был полный бред. Не помню вчерашний день и помнить не хочу. Я устремлен вперед. У меня вечность впереди. В течение жизни мы наживаем хорошее и плохое. У меня на лице все мои пороки, горести, радости написаны. И лица наши, и тела — все по нашей жизни. Дух творит себе формы. У пьяницы цирроз печени — это что, Бог его наказал? Это он сам выбрал! Если бы я пил до упора, уже бы сдох. Слава Богу, понял, что надо завязывать. Из-за пьянки потерял лет десять-двадцать жизни. Но главное — что понял!

Зачем мы живем? Долгие годы я никак не отвечал на этот вопрос — бегал мимо. Был под кайфом, пил, дрался, твердил: «Я главный». А подлинный смысл жизни — любить. Это значит жертвовать, а жертвовать — это отдавать. Схема простейшая.

Каждую ночь нужно задавать себе простенький вопрос: я прожил сегодняшний день — кому-нибудь от этого было хорошо?

«Счастье» — от слова «сейчас». Все хотят счастья, любви, здоровья. Богатства хотят. Не понимая, что это такое. Я знаю множество богатых людей — и все они несчастны, как один. Нам помыть себя изнутри, очистить мысли — и тут же хорошо становится даже без денег. Идешь ты с полным кошельком, и тут в подъезде по чану стукнули, все отняли — и денег нет. А Святой Дух в твоей душе никто не отнимет. Спаси себя — и хватит с тебя. Полюби себя, а потом самолюбие преврати в любовь к ближнему — вот норма.

Я очень много пропустил, мне очень жаль. Об этом я плачу, внутренне, конечно. Могло быть все чище и лучше. Один человек сказал: ты такие песни написал, потому что водку пил. Но я их написал не благодаря водке, а вопреки. С высоты своих 60 лет я говорю: нельзя терять в этой жизни ни минуты, времени мало, жизнь коротка, и в ней может быть прекрасен каждый момент. Если кто-то меня услышит и начнет стараться так делать — из молоденьких, юных, красивых, пока игла еще не торчит в вене, — это победа.

ТОП-10 ПОРОКОВ ЧЕЛОВЕКА, СНИЖАЮЩИЕ УРОВЕНЬ ЭНЕРГЕТИКИ

Страх за жизнь, детей и семью. При наличии таких страхов невероятно быстро и сильно разрушается энергетика, в дополнении к этому возникают сильнейшие болезни.

Идеализация образа жизни. Результатом данного порока является отсутствие жизненных сил, частые болезни от простых ОРВИ, ОРЗ до более серьезных. Появляются проблемы с памятью, логическим мышлением.

Идеализация денег и материальных благ. Энергетика очень слабая, хронические заболевания, чаще всего связанные с пищеварительной системой, лишний вес, отсутствие системности. Такой человек руководствуется только жаждой и желаниями. С места такого человека могут сдвинуть только внешние стимулы.

Чревоугодие или по-простому обжорство. Потакание низменным желаниям, компенсация проблем с витальностью, отсутствие воли и стремлений к духовному развитию происходит за счет чрезмерного употребления всего, что можно съесть.

Сексомания или блуд, в том числе и даже виртуальный флирт. Происходит снижение энергетики до критично низкого уровня. Люди, подверженные блуду, являются энергетическими вампирами, не способными восстанавливать свою энергетику самостоятельно. Проблемы со здоровьем, с деньгами. Снижается уровень ответственности.

Курение табака и наркосодержащих средств. Страдает энергетика, частые заболевания как физического тела, так и нервные расстройства и в целом нестабильное психическое состояние. Проявляется апатия, лень, безынициативность.

Идеализация тела и физического здоровья. Как ни удивительно, погоня только лишь за здоровьем и красивыми формами тоже не доводит до добра. Проблем со здоровьем, конечно, мало, но что касается витальности, ощущение полноценной жизни у таких людей отсутствует, только поэтому компенсация происходит за счет стремления приблизиться к «идеалу».

Гордыня, тщеславие, надменность. Иногда это важные атрибуты современной жизни, но чаще всего люди заигрываются в различного рода «властелинов мира», и это с ними играет злую шутку, как правило, со всеми вытекающими последствиями.

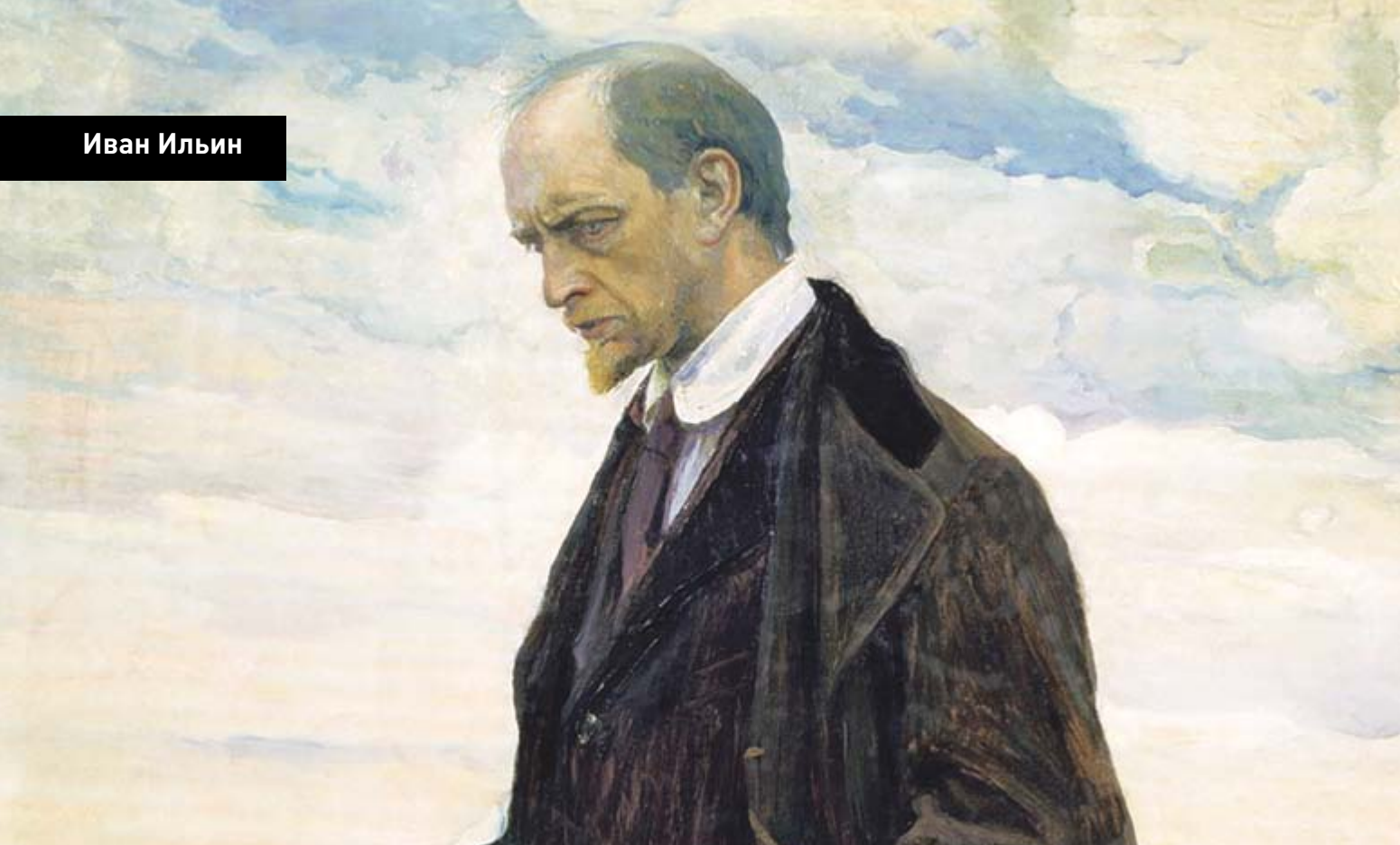
Идеализация семьи, детей. Проблема не столько в самой идеализации, сколько в последующих страданиях от несбыточных мечт и завышенных ожиданий. Чаще всего проявляется одержимость, сопровождаемая зашоренностью и недальновидностью, и, как следствие, принятие неверных и ошибочных решений.

Ревность. Последствия ревности на себе ощущает не только человек, который ревнует, но и субъект его искренней «любви». Как следствие, сложные и негармоничные отношения. Искаженная энергетика обоих людей со всеми вытекающими последствиями. Ни о каком нормальном здоровье, эмоциональном и психическом состоянии не может идти и речи.

Добродетель и порок

Однажды один старый мудрый индеец, вождь племени, разговаривал со своим маленьким внуком.

- Почему бывают плохие люди? - спрашивал его любознательный внук.
 - Плохих людей не бывает, – ответил вождь. – В каждом человеке есть две половины – светлая и темная. Светлая сторона души призывает человека к любви, доброте, отзывчивости, миру, надежде, искренности. А тёмная сторона олицетворяет зло, эгоизм, разрушение, зависть, ложь, измену. Это как битва двух волков. Представь себе, что один волк светлый, а второй – темный. Понимаешь?
 - Понятно, – сказал малыш, тронутый до глубины души словами деда. Мальчик на какое-то время задумался, а потом спросил:
 - Но какой же волк побеждает в конце?
- Старый индеец едва заметно улыбнулся и сказал:
- Всегда побеждает тот волк, которого ты кормишь.



О СМИРЕНИИ

ИНОГДА У НАС ВОЗНИКАЕТ СОМНЕНИЕ, МОЖНО ЛИ В САМОМ ДЕЛЕ ТРЕБОВАТЬ СМирЕНИЯ ОТ ВСЕХ ЛЮДЕЙ? ГДЕ ВЗЯТЬ ЕГО ПОВСЕДНЕВНОМУ ЧЕЛОВЕКУ, С ГОЛОВОЙ УШЕДШЕМУ В БОРЬБУ ЗА СУЩЕСТВОВАНИЕ, С ЕЕ ЗАБОТАМИ, СТРАХАМИ И ИНТРИГАМИ? РАЗВЕ СМирЕНИЕ НЕ ЕСТЬ ДОБРОДЕТЕЛЬ ИЗБРАННЫХ, ПРОШЕДШИХ ПУТЬ РЕЛИГИОЗНОГО ОЧИЩЕНИЯ? МОЖЕТ БЫТЬ... НО ИМЕННО ПОЭТОМУ МЫ РАДУЕМСЯ, КОГДА ЗАМЕЧАЕМ В КОМ-НИБУДЬ ИСКРУ НЕПОДДЕЛЬНОГО СМирЕНИЯ, И У НАС ТОТЧАС ЖЕ СЛАГАЕТСЯ УВЕРЕННОСТЬ, ЧТО СУДЬБА ПОСЛАЛА НАМ ЖИЗНЕННУЮ ВСТРЕЧУ С ПРЕВОСХОДНЫМ ЧЕЛОВЕКОМ.

У смирения есть особое свойство — повышать духовную ценность человека. Если мы видим перед собою какого-нибудь прославленного деятеля (в науке, в искусстве или политике) и замечаем в его манере держаться самомнение, тщеславие или гордость, то мы начинаем охладевать к нему, наша симпатия гаснет, и ценность его умаляется в наших глазах. Это про-

исходит не только потому, что его самопревознесение как бы принижает нас самих и что мы чувствуем себя явно пренебреженными или даже сопричисленными к «ничтожествам». Это было бы понятно: ибо это означало бы, что у нас самих не хватает смирения и что поэтому его апломб кажется нам «невыносимым». Но гораздо важнее то обстоятельство, что его заносчивость умаляет

его дух и снижает его ценность.

Это так и есть на самом деле.

Истинному величию причитается простота, доброта, легкость и скромность. И чем более у даровитого человека этих прекрасных и чарующих свойств, тем искреннее обращаются к нему сердца. Это естественно: в глубине души у всех нас живет убеждение, что «победитель» жизненных трудностей и предметов должен был прежде всего победить самого себя... А скромность и выражает эту победу.

Зато тот, кто считает себя «перлом создания», кто воображает, что осуществил «высшее» и что его творчество «совершенно», тот обнаруживает свою близорукость и ограниченность. И чем горделивее он держится, чем больше его притязание и чем навязчивее он его предъявляет, чем более он доволен собою и чем менее он смотрит вверх и вперед, тем сильнее наше разочарование: мы теряем уважение к нему, он уже не импонирует нам, и у нас делается такое чувство, как если бы мы натолкнулись в нем на маленького и глупого человека, который заслонил нам в нем самом умного, большого и значительного... Какое огорчение!

Напротив: от истинной скромности идет некое духовное благоухание; в ней есть что-то трогательное и пленительное. Может быть, скромный человек не достигнет так скоро «признания» и «славы», как самоуверенный человек, выступающий с апломбом, или как назойливый хвастун, над которым люди посмеиваются и все же поддаются его саморекламе: смотрят на его «фейерверк», знают, какая ему цена и все-таки незаметно начинают считать его «выдающимся» человеком. Однако фейерверк скоро сгорает и после него остаются только обугленные деревяшки, сажа и зола, и тут-то лучи скромного человека, с их тихим, но подлинным светом, начинают обращать на себя общее внимание. Если бы только люди поняли это и захотели вступить на этот путь!

ОТ ЖАДНОСТИ ДО ЛЕНИ

СУЩЕСТВУЕТ СЕМЬ ОБЩЕПРИНЯТЫХ ГРЕХОВ ЧЕЛОВЕКА: ЛЕНЬ, ЧРЕВОУГОДИЕ, ГОРДЫНЯ, ПОХОТЬ, ЖАДНОСТЬ, ЗЛОБА И ЗАВИСТЬ. СПИСОК ПОРОКОВ ЧЕЛОВЕКА МОЖНО БЕСКОНЕЧНО РАСШИРЯТЬ, ЭТИ СЕМЬ ВЫДЕЛЯЮТСЯ ОСОБО ПО ТОЙ ПРИЧИНЕ, ЧТО ИЗ НИХ ВЫТЕКАЮТ ДРУГИЕ ГРЕХИ.

СУЩЕСТВУЕТ ТАКАЯ ТОЧКА ЗРЕНИЯ, ЧТО ГОРДЫНЯ – САМЫЙ СТРАШНЫЙ ИЗ ВСЕХ ГРЕХОВ, И ЭТО ОБУСЛАВЛИВАЕТСЯ ТЕМ, ЧТО ЧЕЛОВЕК БРОСАЕТ ВЫЗОВ ВСЕВЫШНЕМУ.

СОЦИОЛОГИ ПРОВЕЛИ ИНТЕРЕСНЫЙ ОПРОС И СОСТАВИЛИ «ХИТ-ПАРАД» ЭТИХ СМЕРТНЫХ ГРЕХОВ. ТАК, ЛИДЕРАМИ СТАЛИ ГНЕВ И ГОРДЫНЯ, ПОСЛЕДНЕЕ ЖЕ МЕСТО ЗАНЯЛИ ЛЕНЬ И АЛЧНОСТЬ.



ПЕРВАЯ СТУПЕНЬ

ЛЕВ НИКОЛАЕВИЧ ТОЛСТОЙ НАЗЫВАЕТ «ПЕРВОЙ СТУПЕНЬЮ ВСЯКОЙ ДОБРОЙ ЖИЗНИ» ВОЗДЕРЖАНИЕ, ПРИЗЫВАЕТ ВОЗДЕРЖИВАТЬСЯ ОТ УБОЯ ЖИВОТНЫХ, СЧИТАЕТ, ЧТО МОЖНО ОБХОДИТЬСЯ БЕЗ МЯСНОЙ ПИЩИ. НИЖЕ ПРИВЕДЕН ОТРЫВОК ИЗ ЕГО ОДНОИМЕННОЙ РАБОТЫ 1891 ГОДА.

Доброй жизни не было и не может быть без воздержания. Помимо воздержания немислима никакая добрая жизнь. Всякое достижение доброй жизни должно начаться через него. Есть лестница добродетелей, и надо начинать с первой ступени, чтобы взойти на последующие; и первую добродетель, которую должен усвоить человек, если он хочет усвоить последующие, есть то, что древние называли благоразумие или самообладание.

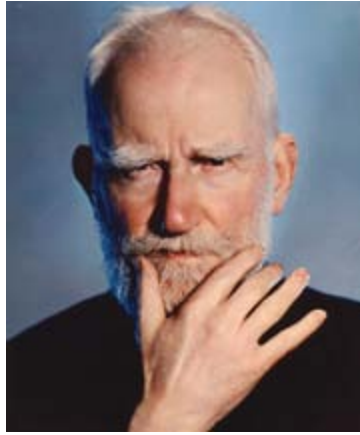
Если в христианском учении воздержание включено в понятие самоотречения, то тем не менее последовательность остается та же самая, и приобретение никаких христианских добродетелей невозможно без воздержания — не потому, что кто-либо это выдумал, а потому, что таково существо дела.

Воздержание есть первая ступень всякой доброй жизни. Но и воздержание достигается не вдруг, а тоже постепенно.

Воздержание есть освобождение человека от похотей, есть покорение их благоразумию. Но похотей у человека много различных, и для того, чтобы борьба с ними была успешна, человек должен начинать с основных, — таких, на которых вырастают другие, более сложные, а не со сложных, выросших на основных. Есть похоти слож-

ные, как похоть украшения тела, игр, увеселений, болтовни, любопытства и многих других, и есть похоти основные: обжорства, праздности, плотской любви. В борьбе с похотями нельзя начинать с конца, с борьбы с похотями сложными; надо начинать с основных, и то в одном определенном порядке. И порядок этот определен и сущностью дела, и преданием мудрости человеческой.

Объедающийся человек не в состоянии бороться с ленью, а объедающийся и праздный человек никогда не будет в силах бороться с половой похотью. И потому по всем учениям стремление к воздержанию начиналось с борьбы с похотью обжорства, начиналось постом. В нашем же мире, где до такой степени потеряно и так давно потеряно всякое серьезное отношение к приобретению доброй жизни, что самая первая добродетель — воздержание, без которой другие невозможны, считается излишней, потеряна и та постепенность, которая нужна для приобретения этой первой добродетели, и о посте многими забыто и решено, что пост есть глупое суеверие и что пост совсем не нужен. А между тем так же, как первое условие доброй жизни есть воздержание, так и первое условие воздержанной жизни есть пост.



Джордж Бернард Шоу

Добродетель заключается не в том, чтобы воздерживаться от порока, а в том, чтобы не стремиться к нему.



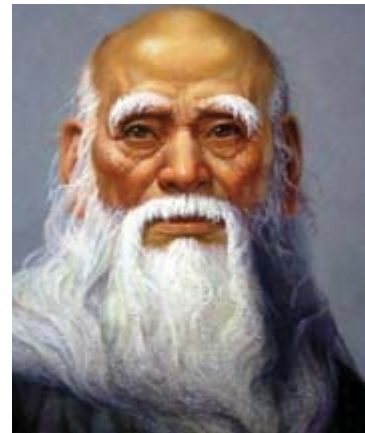
Френсис Бэкон

Процветание раскрывает наши пороки, а бедствия — наши добродетели.



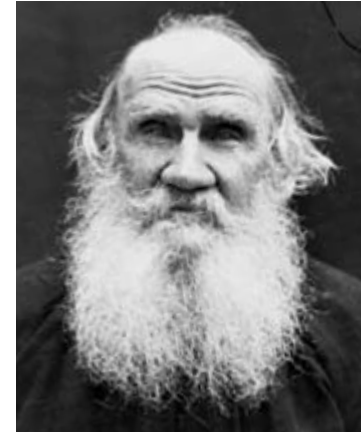
Михаил Салтыков-Щедрин

Ничто так не обескураживает порока, как сознание, что он угадан и что по поводу его уже раздался смех.



Лао Цзы

Воздержание — это первая ступень добродетели, которая и есть начало нравственного совершенства.



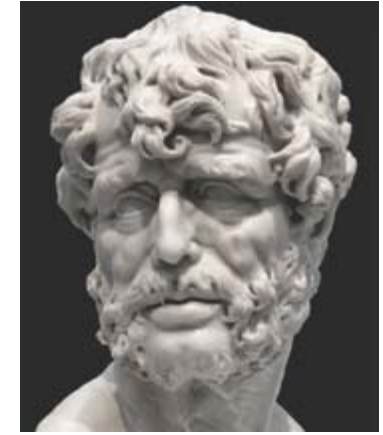
Лев Толстой

Есть только два источника людских пороков: праздность и суеверие, и есть только две добродетели: деятельность и ум.



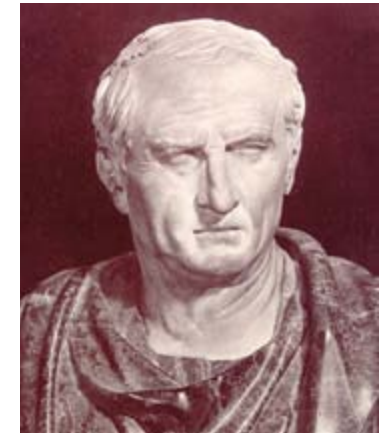
Леонардо Да Винчи

Умеренность служит надежной защитой от пороков.



Луций Анней Сенека

Чужие пороки у нас на глазах, наши — за спиной.



Марк Туллий Цицерон

Законы должны искоренять пороки и насаждать добродетели.

АФОРИЗМЫ

8 ГРЕХОВНЫХ СТРАСТЕЙ И 8 ПРОТИВОПОЛОЖНЫХ ИМ ДОБРОДЕТЕЛЕЙ

ИЗ СОЧИНЕНИЯ ЕПИСКОПА ИГНАТИЯ (БРЯНЧАНИНОВА) «АСКЕТИЧЕСКИЕ ОПЫТЫ».

ЕПИСКОП ИГНАТИЙ (БРЯНЧАНИНОВ) ТАК ПИШЕТ ОБ ЭТОМ СПИСКЕ ГРЕХОВ И ДОБРОДЕТЕЛЕЙ: «В КРАТКУЮ МИНУТУ УМИЛЕНИЯ, В КОТОРУЮ ОТКРЫВАЮТСЯ ОЧИ УМА ДЛЯ САМОПОЗНАНИЯ, КОТОРАЯ ПРИХОДИТ ТАК РЕДКО, НАПИСАЛ Я ЭТО В ОБЛИЧЕНИЕ СЕБЕ, В УВЕЩАНИЕ, НАПОМИНАНИЕ, НАСТАВЛЕНИЕ».

А ОН ПОСВЯЩАЛ СВОЮ ЖИЗНЬ МОЛИТВЕ, ДУХОВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, И НЕКОТОРЫЕ ПУНКТЫ ЭТОГО СПИСКА АКТУАЛЬНЫ ДЛЯ ЛЮДЕЙ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ МОЛИТВЕННОЙ ПРАКТИКОЙ. НО 90% ТАМ АКТУАЛЬНЫ И ДЛЯ МИРСКИХ ЛЮДЕЙ, ДАЖЕ НЕОБЯЗАТЕЛЬНО ПРАВОСЛАВНЫХ, ДА ДАЖЕ И ДЛЯ АТЕИСТОВ. МОЖНО СКАЗАТЬ, ЧТО ЭТО ПОДРОБНЫЙ «РЕЕСТР» ТОГО, ЧТО НУЖНО, ЧТОБ БЫТЬ ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ХОРОШИМ ЧЕЛОВЕКОМ И ТОГО, ЧТО В ЭТОМ МЕШАЕТ.

1. Чревообъядение/Воздержание

Объядение, пьянство, нехранение и разрешение постов, тайноядение, лакомство, вообще нарушение воздержания. Неправильное и излишнее любление плоти, ее живота и покоя, из чего составляется самолюбие, от которого нехранение верности к Богу, Церкви, добродетели и людям.

Напротив:

Удержание от излишнего употребления пищи и питья, в особенности от употребления в излишестве вина. Хранение точное постов, установленных Церковью. Обуздание плоти умеренным и постоянным одинаковым употреблением пищи, от чего начинают ослабевать вообще все страсти, а в особенности самолюбие, которое состоит в бессловесном люблении плоти, живота и покоя ее.

2. Любодejание/Целомудрие

Блудное разжжение, блудные ощущения и пожелания тела, блудные ощущение и пожелание души и сердца (скокание), принятие нечистых помыслов, беседа с ними, услаждение ими, соизволение им, медление в них. Блудные мечтания и пленения. Осквернение истицианием. Нехранение чувств, в особенности осязания, в чем дерзость, погубляющая все добродетели. Сквернословие и чтение сладострастных книг. Грехи блудные естественные: блуд и прелюбодejание. Грехи блудные противоестественные: малакия, мужеложство, скотоложство и им подобные.

Напротив:

Уклонение от всякого рода блудных дел. Уклонение от сладострастных бесед и чтения, от произношения скверных, сладострастных, двумысленных

слов. Хранение чувств, особенно зрения и слуха, а еще более осязания. Скрамность. Отвержение помышлений и мечтаний блудных. Молчание. Безмолвие. Служение больным и увечным. Воспоминание о смерти и аде. Начало целомудрия – неколеблющийся ум от блудных помыслов и мечтаний: совершенство целомудрия – чистота, зрящая Бога.

3. Сребролюбие/Нестяжание

Любление денег, вообще любление имущества движимого и недвижимого. Желание обогатиться. Размышление о средствах к обогащению. Мечтание богатства. Опасение старости, нечаянной нищеты, болезненности, изгнания. Скупость. Корыстолюбие. Неверие Богу, неупование на Его промысл. Пристрастия или болезненная излишняя любовь к разным тленным предметам, лишаящая душу свободы. Увлечение суетными попечениями. Любление подарков. Присвоение чужого. Лихва. Жестокосердие к нищей братии и ко всем нуждающимся. Воровство. Разбой.

Напротив:

Удовлетворение себя одним необходимым. Ненависть к роскоши и неге. Милосердие к нищим. Любление нищеты евангельской. Упование на промысл Божий. Последование Христовым заповедям. Спокойствие и свобода духа. Беспопечительность. Мягкость сердца.

4. Гнев/Кротость

Вспыльчивость, приятие гневных помыслов; мечтание гнева и отмщения, возмущение сердца яростью, помрачение ею ума: непристойный крик, спор, бранные, жестокие и колкие слова, ударение, толкание, убийство. Памятозлобие, ненависть, вражда, мщение, оклеветание, осуждение, возмущение и обида ближнего.

Напротив:

Уклонение от гневливых помыслов и от возмущения сердца яростью. Терпение. Последование Христу, призывающему ученика своего на крест. Мир сердечный. Тишина ума. Твердость и мужество христианские. Неощущение оскорблений. Незлобие.





5. Печаль/Блаженный плач

Огорчение, тоска, отсечение надежды на Бога, сомнение в обетованиях Божиих, неблагодарение Богу за все случающееся, малодушие, нетерпеливость, несамоукорение, скорбь на ближнего, ропот, отречение от креста, покушение сойти с него.

Напротив:

Ощущение падения, общего всем человекам, и собственной нищеты духовной. Сетование о них. Плач ума. Болезненное сокрушение сердца. Прозыбающие от них легкость совести, благодатное утешение и радование. Надежда на милосердие Божие. Благодарение Богу в скорбях, покорное их переносение от зрения множества грехов своих. Готовность терпеть. Очищение ума. Облегчение от страстей. Умерщвление миру. Желание молитвы, уединения, послушания, смирения, исповедания грехов своих.

6. Уныние/Трезвение

Леность ко всякому доброму делу, в особенности к молитве. Оставление церковного и келейного правила. Оставление непрестанной молитвы и душеполезного чтения. Невнимание и поспешность в молитве. Небрежение. Неблагодарение. Праздность. Излишнее успокоение сном, лежанием и всякого рода негою. Перехождение с места на место. Частые выходы из кельи, прогулки и посещения друзей. Празднословие. Шутки. Кошуны. Оставление поклонов и прочих подвигов телесных. Забвение грехов своих. Забвение заповедей Христовых. Нерадение. Пленение. Лишение страха Божия. Ожесточение. Нечувствие. Отчаяние.

Напротив:

Усердие ко всякому доброму делу. Неленостное исправление церковного и келейного правила. Внимание при молитве. Тщательное наблюдение

за всеми делами, словами и помышлениями своими. Крайняя недоверчивость к себе. Непрестанное пребывание в молитве и Слове Божиим. Благодарение. Постоянное бодрствование над собою. Хранение себя от многого сна, изнеженности, празднословия, шуток и острых слов. Любление ночных бдений, поклонов и прочих подвигов, доставляющих бодрость душе. Редкое, по возможности, исхождение из кельи. Воспоминание о вечных благах, желание и ожидание их.

7. Тщеславие/Смирение

Искание славы человеческой. Хвастовство. Желание и искание земных почестей. Любление красивых одежд, экипажей, прислуги и келейных вещей. Внимание к красоте своего лица, приятности голоса и прочим качествам тела. Расположение к наукам и искусствам гибнущим сего века, искание успеть в них для приобретения временной, земной славы. Стыд исповедовать грехи свои. Скрытие их пред людьми и отцем духовным. Лукавство. Словооправдание. Прекословие. Составление своего разума. Лицемерие. Ложь. Лесть. Человекоугодие. Зависть. Уничтожение ближнего. Переменчивость нрава. Притворство. Бессовестность. Нрав и жизнь бесовские.

Напротив:

Страх Божий. Ощущение его при молитве. Боязнь, рождающаяся при особенно чистой молитве, когда особенно сильно ощущаются присутствие и величие Божии, чтоб не исчезнуть и не обратиться в ничто. Глубокое познание своего ничтожества. Изменение взора на ближних, при чем они, без всякого принуждения, кажутся так смирившимся, превосходнее его по всем отношениям. Явление простодушия от живой веры. Ненависть к похвале человеческой. Постоянное обвинение и укорение себя. Правота и прямота. Беспристрастие. Мертвость ко всему. Умиление. Познание таинства, сокровенного в кресте Христовом. Желание распять себя миру и страстям, стремление к этому распятию. Отвержение и забвение лстивых обычаев и слов, скромных по принуждению, или умыслу, или навыку притворяться. Восприятие буйства евангельского. Отвержение премудрости земной, как непотребной для неба. Презрение всего, что в человеке высоко и мерзость пред Богом (Лк.16:15). Остав-

ление словооправдания. Молчание пред обижающими, изученное в Евангелии. Отложение всех собственных умствований и приятие разума евангельского. Низложение всякого помысла, взимающегося на разум Христов. Смиреномудрие, или духовное рассуждение. Сознательное во всем послушание Церкви.

8. Гордость/Любовь

Презрение ближнего. Предпочтение себя всем. Дерзость. Омрачение, дебелость ума и сердца. Пригвождение их к земному. Хула. Неверие. Прелесть. Лжеименный разум. Непокорность Закону Божию и Церкви. Последование своей плотской воле. Чтение книг еретических, развратных и суетных. Неповиновение властям. Колкое насмешничество. Оставление христоподражательного смирения и молчания. Потеря простоты. Потеря любви к Богу и ближнему. Ложная философия. Ересь. Безбожие. Невежество. Смерть души.

Напротив:

Изменение во время молитвы страха Божия в любовь Божию. Верность к Господу, доказываемая постоянным отвержением всякого греховного помысла и ощущения. Несказанное, сладостное влечение всего человека любовью к Господу Иисусу Христу и к поклоняемой Святой Троице. Зрение в ближних образа Божия и Христа; протекающее от этого духовного видения предпочтение себе всех ближних и благоговейное почитание их о Господе. Любовь к ближним братская, чистая, ко всем равная, беспристрастная, радостная, пламенеющая одинаково к друзьям и врагам. Восхищение в молитву и любовь ума, сердца и всего тела. Несказанное наслаждение тела радостью духовною. Упоение духовное. Расслабление телесных членов при духовном утешении. Бездействие телесных чувств при молитве. Разрешение от немоты сердечного языка. Молчание ума. Просвещение ума и сердца. Молитвенная сила, побеждающая грех. Мир Христов. Отступление всех страстей. Поглощение всех разумений превосходящим разумом Христовым. Богословие. Познание существ бестелесных. Нemoшь греховных помыслов, немогущих изобразиться в уме. Сладость и обильное утешение при скорбях. Зрение устроений человеческих. Глубина смирения и уничиженнейшего о себе мнения...



Алексей Кортнев и Амина Зарипова

КАЖДЫЙ ЧЕЛОВЕК ПОЯВЛЯЕТСЯ НА СВЕТ СО СВОЕЙ «КАРТОЙ»

ИЗВЕСТНАЯ РОССИЙСКАЯ СПОРТСМЕНКА, НЕОДНОКРАТНАЯ ЧЕМПИОНКА МИРА ПО ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ АМИНА ЗАРИПОВА И ЛИДЕР ГРУППЫ «НЕСЧАСТНЫЙ СЛУЧАЙ» АЛЕКСЕЙ КОРТНЕВ ВМЕСТЕ УЖЕ 17 ЛЕТ. У ПАРЫ ТРОЕ ДЕТЕЙ – ДВОЕ СЫНОВЕЙ (АРСЕНИЙ И АФАНАСИЙ) И ДОЧЬ АКСИНЬЯ.

У вас трое детей. Как вы думаете, можно ли исправить врожденные недостатки воспитанием?

Амина: Вряд ли. Вот у нас с Лешей трое детей. И при том, что у них и гены одинаковые, и окружение плюс/минус одно и то же, но... все они настолько разные, что понимаешь – каждый человек появляется на свет со своей определенной картой, своим набором качеств, как поло-

жительных, так и отрицательных. Можно задать какое-то движение в самом начале, можно сгладить, скрасить какие-то острые углы в характере, но суть человека изменить очень и очень сложно. **Алексей:** Думаю, что врожденные недостатки можно замаскировать, подлечить. Пока мы заводим эту пружинку «делай так, вот так не надо», пока мы опекаем наших детей, это работает. Но как только мы их отпускаем, как только они

выходят в самостоятельное плавание, при любом удобном случае этот «спящий» недостаток может быть извлечен из чулана, чтобы развернуться во всей красе.

Какие качества вы бы точно хотели видеть в ваших детях, а какие – нет?

Амина: Мы с мужем об этом много думали. Много, конечно, хочется дать детям и многого от них ждешь, но главное, что они выросли добрым и порядочными. Вот так банально. Мне кажется, именно этого не хватает сейчас всем нам. Способность сопереживать, сочувствовать, прийти на помощь – вот это я бы очень хотела в них видеть.

Алексей: У меня одна претензия к людям – ответственность. Она должна быть. И именно ее я хотел бы видеть в своих детях. Ответственность, прежде всего, за себя. Потом, если человек правильно развивается, учится у жизни, должна появиться ответственность за близких, за свою семью, за страну, за весь мир. Но к этому надо прийти с возрастом, это не сразу происходит.

Чего хотелось бы избежать?... Лень – вот, я думаю, главный бич нашего времени. Уж очень много соблазнов у современного человека. Буквально все вокруг вопиет: «Сядь, посиди, все само за тебя сделается». Уровень нынешней цифровизации, технологий таков, что человеку действительно мало о чем надо заботиться самому. Но, может быть, это такая новая норма жизни – сидеть в кресле, не дергаться лишний раз, играть себе в удовольствие в какую-нибудь приставку... Возможно, лет через 10 окажется, что это более правильная, выигрышная позиция, нежели совершать хаотичные попытки построить карьеру или еще что-то.

Какие людские пороки или недостатки вам сложно терпеть?

Амина: Мне очень сложно с людьми черствыми, жадными во всех смыслах, не только в материальном. С теми, кто не готов отдавать, сопереживать, делиться. Выбираю ли я людей по себе? Да, думаю, подсознательно выбираю. И детей тоже. Среди тех детей, которых я тренирую, нет внутренне мелких, недушевных, непорядочных, не готовых прийти на помощь. Такие у меня просто не удерживаются. Присутствие или отсутствие

этих качеств уже явно видно в довольно раннем возрасте. Для меня они очевидны уже лет в 10-12. **Алексей:** Не терплю физически неопрятных людей. Если от человека плохо пахнет или грязь под ногтями... я испытываю просто животную неприязнь. Я достаточно самостоятельный человек и могу сделать так, чтобы в моем окружении не было ни запущенных, ни запойных, ни патологически жадных. Вокруг меня те люди, которые мне приятны и интересны, с которыми я могу быть на одной волне.

Меняется ли ваш характер? Сложнее или, наоборот, проще с возрастом управлять своими недостатками?

Амина: Да, все мы с возрастом обрастаем неким панцирем. Какой он, зависит, конечно, от нас, но не всегда те перемены, которые с нами происходят, нас устраивают. Я, например, довольно нетерпеливый человек, и чем дальше, тем хуже. Почти всегда хочу всего и сразу. А так не бывает. Знаю, что иногда надо набраться терпения, подождать... не всегда, правда, получается. Лично мне помогает окружение: семья, близкие друзья. Рядом со мной всегда есть люди, которые вовремя могут одернуть, осечь, сказать: «Амина, приди в себя, не надо так». Я и сама в себе копаюсь. Знаю, что иногда бываю не сдержанной на язык, излишне доверчивой к людям, бывает, что ленюсь. Понимаю, что мне это мешает и стараюсь эти свои качества контролировать.

Алексей: Мне кажется, что я совершенно не изменился. Ну да, появился слой подкожного жира, лысина, но внутренне я, как мне кажется, остался таким же. Я человек, который с детства приучен к тому, чтобы не лениться, преодолевать препятствия, вызовы и жизненные сложности. Меня так папа с мамой воспитали. Так что я вполне успешно справляюсь со своими пороками – например, со своей склонностью к безделью или обжорству. Правда, надо сказать, что после 45 лет я стал это делать с гораздо меньшим удовольствием. Наверное, прошло то время, когда надо было и себе, и миру доказывать свою состоятельность, особенность, исключительность даже. Амбиций стало поменьше. Уже нет потребности работать с утра до вечера. Сегодня я наблюдаю в себе большую склонность к сибаритству и гедонизму...

Царь Соломон о добродетели

Однажды некто пришел к Соломону, когда тот украдкой наблюдал за игрой детей, и спросил:

— Царь, помоги мне! Я живу в достатке, у нас большой дом и много рабов, но я вижу, что помыслы мои устремлены к мелкому и преходящему, а не к вечному и добродетельному.

Спросил тогда царь:

— А что такое добродетель?

Отвечал муж без раздумий:

— Добродетель — способ прийти к высокому, минуя низкое, постичь главное, презрев ничтожное.

Нахмурился царь:

— И снова спрашиваю тебя, что такое добродетель?

Отвечал проситель:

— Добродетель есть путь, которым можно достичь неба.

Еще больше нахмурился царь:

— В третий раз ответь мне, что есть добродетель?

Снова отвечал проситель:

— Добродетель — то, что делает душу чище и светлее.

Заговорил Соломон:

— Три раза спросил я тебя, и всякий раз ты, который целыми днями думает о добродетели, не смог дать мне четкого ответа. Ты хочешь постичь высокое, минуя низкое, но как можно взобраться на верхнюю ступень лестницы, не пройдя по нижним? Ты хочешь достичь неба, но достойно ли идти куда-то, не зная, что тебя там ждет? Ты хочешь стать светлее, но что такое свет без тьмы?

И сказал еще Соломон:

— Ночь сменяется днем, и не вечны ни тьма, ни свет. Знали бы мы, что такое день, не ведая ночи? Так же самые чистые помыслы идут об руку с неправедными. На самое ужасное способен лишь мнящий себя добродетельным.

И еще добавил царь:

— Так пристало ли благородному мужу размышлять о добродетели ради лишь нее самой? Люби жен своих, рабов своих и соседей своих, будь примером для каждого и всякий вечер, отходя ко сну, задавай себе два вопроса: что я сегодня сделал для того, чтобы стать счастливее, и не взял ли я слишком много счастья в ущерб другим? Лишь так твоя жизнь пройдет не в пустую, и лишь тогда после смерти твоей тебя назовут добродетельным.

Проситель поклонился и вышел, сожалея, что не прибег раньше к совету мудрого царя.

САМЫЕ ДОБРЫЕ ЛЮДИ В РУССКОЙ ИСТОРИИ

«РУСЬ НЕ БЕЗ ДОБРЫХ ЛЮДЕЙ!» РУССКИХ ЛЮДЕЙ МОЖНО СМЕЛО ОТНЕСТИ К САМЫМ ОТЗЫВЧИВЫМ НАРОДАМ МИРА. И НАМ ЕСТЬ НА КОГО РАВНЯТЬСЯ.



Окольный Федор Ртищев

Еще при жизни близкий друг и советник царя Алексея Михайловича Федор Ртищев получил прозвище «милостивого мужа». Ключевский писал, что Ртищев исполнял только часть заповеди Христа – любил ближнего, но не самого себя. Он был из той редкой породы людей, которые ставили интересы других выше собственных «хочу». Именно по инициативе «светлого человека» появились первые приюты для нищих не только в Москве, но и за ее пределами. Для Ртищева было обычным делом подобрать на улице пьяного и отвести в организованный им же временный приют – аналог современного вытрез-

вителя. Сколько были спасены от смерти и не замерзли на улице, стоит только догадываться. В 1671 году Федор Михайлович направил в голодающую Вологду хлебные обозы, а затем и деньги, вырученные с продажи личного имущества. А когда узнал о нужде арзамасцев в дополнительных землях, просто подарил свои. Во время русско-польской войны выносил с поля боя не только соотечественников, но и поляков. Нанимал врачей, арендовал дома, покупал еду и одежду для раненых и пленных опять-таки на собственные средства. После смерти Ртищева появилось его «Житие» – уникальный случай демонстрации святости мирянина, а не монаха.

Императрица Мария Федоровна

Вторая жена Павла I Мария Федоровна славилась отменным здоровьем и неутомимостью. Начиная утро с холодных обливаний, молитвы и крепкого кофе, весь оставшийся день императрица посвящала хлопотам о своих бесчисленных воспитанниках. Она умела убедить толстосумов пожертвовать деньги на строительство учебных заведений для благородных девиц в Москве и Петербурге, Симбирске и Харькове. При ее непосредственном участии была создана крупнейшая благотворительная организация – Императорское Человеческое общество, просуществовавшее до начала XX века. Имея 9 собственных детей, она особенно трепетно заботилась об отказных младенцах: больных выхаживали в воспитательных домах, крепких и здоровых – в благонадежных крестьянских семьях. Такой подход позволил значительно сократить детскую смертность. При всех масштабах деятельности Мария Федоровна обращала внимание и на необязательные для жизни мелочи. Так, в Обуховской психиатрической больнице Санкт-Петербурга каждый пациент получил собственный садик.

Князь Владимир Одоевский

Потомок Рюриковичей князь Владимир Одоевский был убежден, что посеянная им мысль непременно «взойдет завтра» или «через тысячу лет». Близкий друг Грибоедова и Пушкина, писатель и философ, Одоевский являлся активным сторонником отмены крепостного права, хлопотал в ущерб собственным интересам за декабристов и их семьи, неустанно вмешивался в судьбы самых обездоленных. Он был готов броситься на помощь любому обратившемуся и в каждом видел «живую струну», которую можно заставить звучать на пользу дела. Организованное им петербургское Общество посещения бедных помогало 15 тысячам нуждающихся семей. Здесь работала женская мастерская, детская ночлежка со школой, больница, общежития для престарелых и семейных, социальный магазин. Несмотря на происхождение и связи, Одоевский не стремился



занять важный пост, считая, что на «второстепенной должности» способен принести «действительную пользу». «Станный ученый» старался помочь юным изобретателям реализовать свои идеи. Главными чертами характера князя, по свидетельствам современников, были человечность и добродетель.



Принц Петр Ольденбургский

Врожденное чувство справедливости отличало внука Павла I от большинства сослуживцев. Он не просто нес службу в Преображенском полку во времена правления Николая I, но и обустроил по месту службы первую в истории страны школу, в которой обучались солдатские дети. Позднее этот успешный опыт был применен и в других полках. В 1834 году принц стал свидетелем публичного наказания женщины, которую прогнали сквозь солдатский строй, после чего ходатайствовал об увольнении, заявив, что никогда не сможет выполнить подобные приказы. Дальнейшую свою жизнь Петр Георгиевич посвятил благотворительности. Он являлся попечителем и почетным членом многих заведений и обществ, в том числе Киевского дома призрения бедных.



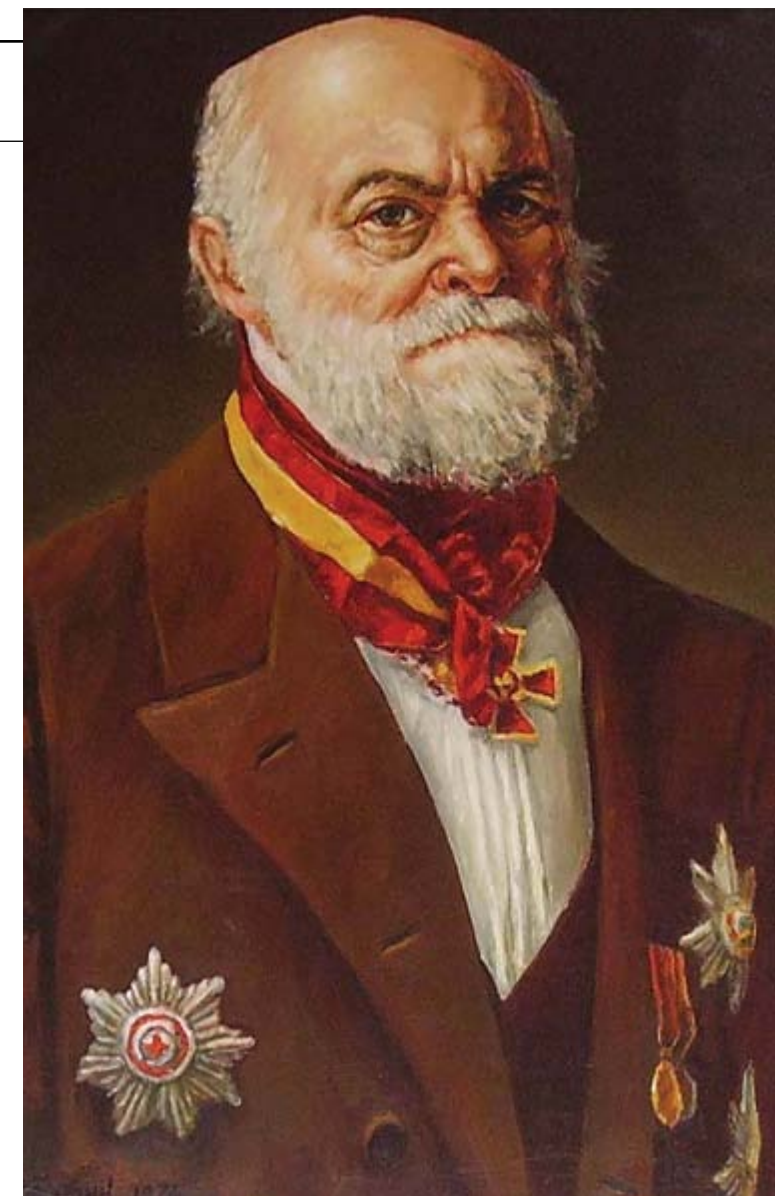
Анна Адлер

Вся жизнь этой удивительной женщины была посвящена просветительской и педагогической работе. Она была активным участником различных благотворительных обществ, помогала во время голода в Самарской и Уфимской губерниях, по ее инициативе была открыта первая народная читальня в Стерлитамакском уезде. Но основные ее усилия были направлены на изменение положения людей с ограниченными возможностями. На протяжении 45 лет она делала все, чтобы незрячие получили возможность стать полноценными членами общества. Она смогла найти средства и силы, чтобы открыть первую в России специализированную типографию, где в 1885 году вышел первый тираж «Сборника статей для детского чтения, изданный и посвященный слепым детям Анною Адлер». Чтобы выпустить книгу с использованием шрифта Брайля она работала без выходных до позднего вечера, лично набирая и корректируя страницу за страницей. Позже Анна Александровна перевела нотную систему, и слепые дети смогли обучаться

игре на музыкальных инструментах. При ее активном содействии через несколько лет была выпущена первая группа незрячих студентов из Петербургской школы слепых, а через год – из Московской. Грамотность и профессиональная подготовка помогала выпускникам найти работу, что поменяло стереотипное представление об их недееспособности. Анна Адлер совсем чуть-чуть не дожила до открытия Первого съезда Всероссийского общества слепых.

Николай Пирогов

Вся жизнь прославленного русского хирурга – это череда гениальных открытий, практическое использование которых спасло не одну жизнь. Мужики считали его волшебником, который для своих «чудес» привлекает высшие силы. Он первым в мире стал использовать хирургию в полевых условиях, а решение применять анестезию избавило от мучений не только его пациентов, но и тех, кто лежал на столах его учеников позднее. Его же стараниями лубки были заменены на пропитанные крахмалом бинты. Он первым стал использовать метод сортировки раненых на тяжелых и тех, кто дотянет до тыла. Это сократило смертность в разы. До Пирогова даже несерьезное ранение в руку или ногу могло закончиться ампутацией. Он лично проводил операции и неустанно контролировал, чтобы солдаты были обеспечены всем необходимым: теплыми одеялами, едой, водой. По легенде, именно Пирогов научил российских академиков проводить пластические операции, демонстрируя успешный опыт приживания нового носа на лице своего братора, которому помог избавиться от уродства. Будучи великолепным педагогом, о котором все ученики отзывались с теплотой и благодарностью, он считал, что главная задача воспитания – научить быть человеком.



Отставной подпоручик Сергей Скимунт

Сергей Скимунт почти не известен широкой публике. Он не занимал высоких постов и не сумел прославиться добрыми поступками, зато смог построить социализм в отдельно взятом имении. В 30 лет, когда Сергей Аполлонович мучительно размышлял над дальнейшей судьбой, на него свалились 2,5 миллиона рублей от скончавшегося дальнего родственника. Наследство не было спущено на кутежи или проиграно в карты. Одна его часть стала основой для пожертвований Обществу содействия устройству общедоступных народных развлечений, основателем которого стал сам Скимунт. На остальные деньги миллионер построил в усадьбе больницу, школу, а все его крестьяне смогли переехать в новые избы.



ДЕТИ – ЖЕРТВЫ ПОРОКОВ ВЗРОСЛЫХ



В МОСКВЕ НА БОЛОТНОЙ ПЛОЩАДИ В 2001 ГОДУ БЫЛ ОТКРЫТ ПАМЯТНИК-КОМПОЗИЦИЯ МИХАИЛА ШЕМЯКИНА «ДЕТИ – ЖЕРТВЫ ПОРОКОВ ВЗРОСЛЫХ». ДВОЕ ДЕТЕЙ ИГРАЮТ В ПРЯТКИ, А ИХ ОКРУЖАЮТ 13 СКУЛЬПТУР ТРЕХМЕТРОВОГО РОСТА С ГОЛОВАМИ РЫБ ИЛИ ЖИВОТНЫХ, В ГРОТЕСКНОМ ГИПЕРТРОФИРОВАННОМ ВИДЕ ИЗОБРАЖАЮЩИХ РАЗЛИЧНЫЕ ЛЮДСКИЕ ПОРОКИ. «ПОРОКИ» РАСПОЛОЖЕНЫ ПОЛУКРУГОМ. СРЕДИ НИХ МОЖНО НАЙТИ ВОРОВСТВО, ПРОСТИТУЦИЮ, НАРКОМАНИЮ, НЕВЕЖЕСТВО, АЛКОГОЛИЗМ, ЛЖЕУЧЕНОСТЬ, САДИЗМ, РАВНОДУШИЕ, ПРОПАГАНДУ НАСИЛИЯ, ЭКСПЛУАТАЦИЮ ДЕТСКОГО ТРУДА, ВОЙНУ И НИЩЕТУ.

Михаил Шемякин так написал об этой работе: «Я, как художник, этим произведением призываю оглянуться вокруг, услышать и узреть те горести и ужасы, которые испытывают дети сегодня. И пока не поздно, здравомыслящим и честным людям надо задуматься. Не будьте равнодушными, боритесь, делайте все, чтобы сберечь будущее России».



Наркомания

Лысый мужчина с хитрым и неприятным лицом протягивает шприц и «руку помощи», за спиной у него сломанные крылья, на которых невозможно взлететь. Его угодливая усмешка обещает, что нужно лишь принять его дары, и всё будет хорошо.

Алкоголизм

Алкоголизм, как ни странно, представлен парнем даже симпатичным. Тут Шемякин не сказал нового слова, а попросту изобразил жирного пьянчугу, классического Бахуса с кубком и амфорой в руках, восседающего на бочке. Несмотря на одутловатость лица, он похож скорее на доброго дядюшку, чем на злобного врага, и это можно назвать ошибкой автора – в российских реалиях алкоголизм имеет множество других, куда более страшных лиц.



Проституция

Нам раскрывает свои объятия полуженщина – полулягушка с отвратительной ухмылкой. Ее красивое тело облачено в нарядную одежду, но в пустых выпученных глазах нет никакого выражения, а ухмылка отталкивает.

Воровство

Свиное рыло в шюртуке странной вихляющей походкой уносит мешочек с деньгами, оборачиваясь: не видит ли кто? И есть в его повадке что-то такое, от чего хочется и крикнуть: «Держи вора!», и с отвращением отвернуться.





Невежество

Невежество тоже легко узнать среди множества других пороков – осел с погремушкой в руках и, почему-то, в тельняшке приглашает пуститься в пляс, напоминая нам мальчиков-ослов из сказки «Пиноккио». Хотя вид у него вроде бы веселый и радушный, приятного для взгляда мало.



Пропаганда насилия

Хитрого вида торговец оружием в высоченной шапке, придающей ему сходство с деформированной ракетой, предлагает нам «стрелялки» на любой вкус, призывая попробовать, какая же это увлекательная штука – убивать ближнего своего!

Для беспамятных

«А голову ты дома не забыл?!» – словно вопрошает нас гигантская стилизованная гильотина. Но это упрек не тем, у кого плохая память, а тем, кто забывает свои обещания и тем, кто закрывает глаза на ужасные события, которые померкли только потому, что ушли в прошлое, словно и не дав какой-либо урок.

Садизм

Этот памятник вовсе не с сексуальным подтекстом, как может показаться. Носорог в рясе со злым и глупым лицом отлично передает собирательный образ тех, кто любит мучить слабых, просто потому что может.

Лженаучность

Лженаучность – искаженная Фемида, со шлемом, надвинутым на глаза, с чем-то средним между ретортами и моделью атома у одной ноги и химерой-марионеткой – у другой.



Эксплуатация детского труда

У входа в маленькую, «детскую» фабрику стоит фигура с птичьей головой. Руки ее раскинуты в приглашающе-недоуменном жесте: «Я построил фабрику, назначил оплату труда ниже минимальной, что вам еще нужно?»



Война

Образ довольно-таки классический, но выполненный хорошо: еще один «крылатик» в противогазе, как самый ценный дар, протягивает нам бомбочку. Веселитесь, детишки!



Нищета

Хотя классики русской литературы уверяют нас, что нищета, в общем-то, не порок, автор памятника «Дети – жертвы пороков взрослых» считает иначе, раз поместил его в свой ряд. Старуха с иссохшими грудями и протянутой рукой. Эта фигура вызывает, скорее, жалость, чем отвращение.



Равнодушие

Фигура в «чехле», в чем-то вроде саркофага, многорукая. Она закрыла глаза, она заткнула уши, сложила руки на груди, и отстаньте все от нее.



НЕДОСТАТОК В ПРАВИЛЬНОМ КОНТЕКСТЕ – ЭТО ДОСТОИНСТВО

ТРЕНЕР И КОУЧ ВЛАДИМИР ВИНОГРАДОВ С УСПЕШНОЙ МНОГОЛЕТНЕЙ ПРАКТИКОЙ (БОЛЕЕ 15 ЛЕТ) ТРЕНИНГОВ И ЛИЧНЫХ КОНСУЛЬТАЦИЙ. ОДИН ИЗ САМЫХ ИЗВЕСТНЫХ В РОССИИ СПЕЦИАЛИСТОВ В ОБЛАСТИ НЛП И ЭРИКСОНОВСКОГО ГИПНОЗА.



Владимир, как работать с собственными недостатками? Надо ли вообще это делать? Если да, то как?

В.В.: Часто недостатки являются наследием нашего прошлого. Пока человек растет, развивается, его, так называемые, недостатки могут формироваться – просто реакция, противодействие на враждебное окружение и обстоятельства. Однажды у меня на тренинге мужчина, который хотел избавиться от своей вспыльчивости, очень доходчиво объяснил, что надо делать при возникновении конфликтной ситуации: «подойти и сделать резкий хук правой!» Почему именно такое у него представление? Да потому что он воспитывался в детском доме где-то под Соликамском. Там по-другому было нельзя, иначе вся толпа на тебя кинется и растопчет. То есть в сложных обстоятельствах детства этого человека его вспыльчивость, мгновенная готовность сгруппироваться и ударить выполняли важную защитную функцию. Она его, по сути, спасала.

Но в новых обстоятельствах работы в офисе эта черта, конечно, рождала массу проблем и для него самого, и для окружающих.

Поэтому, прежде чем начать работать со своим недостатком, надо определить его вторичную выгоду – то, что в настоящем или в прошлом оказывает или оказывало заботу о нас. Есть даже такое упражнение на моих тренингах. Называется «Продай мне свой недостаток». Тут надо найти позитивный смысл своего недостатка. Например, лень позволяет соблюдать правильный режим работы и отдыха, получать удовольствие от жизни, даже от «ничегонеделания» – это, между прочим, тоже важное и ценное качество.

Вообще, прежде чем начать решительно избавляться от своих «пороков», надо искренне ответить себе на три вопроса:

1. Что этот недостаток позволяет вам делать?
2. Что он позволяет вам НЕ делать?
3. Что благодаря этому недостатку вы получаете от других людей?

Получив эти ответы, важно бережно сохранить все ценное, что присутствует в вашей жизни благодаря этому недостатку. Чтобы это сохранить, надо найти для него ареал обитания. Я люблю повторять, что «недостаток в правильном контексте – это достоинство». Лень на работе – это плохо, а лень в отпуске – это отлично. Агрессивность в офисе чревата, а вот агрессивность в спорте или в обстоятельствах, когда надо защи-

тить себя и близких – это необходимая составляющая.

И вот после того, как мы определили вторичные выгоды нашего недостатка, сохранили их, поместив ваш недостаток в правильный контекст, мы начинаем бороться не «ПРОТИВ ЧЕГО-ТО», а «ЗА ЧТО-ТО». То есть мы начинаем развивать достоинство, противоположное нашему недостатку. Нет смысла бороться с конфликтностью, гораздо более эффективно начать развивать в себе терпение и снисходительность, умение слушать и понимать других. Зачем тратить силы на то, чтобы избавиться от своей стеснительности, когда можно начать развивать в себе противоположное качество, а именно уверенность в себе.

Как научиться правильно воспринимать «пороки» других людей? Надо ли пытаться их исправлять?

В.В.: Тут важно, кто эти «другие люди» Они из нашего ближнего или дальнего круга? Если это очень близкие нам люди, то тут, прежде всего, надо понять одну вещь: «Вы не можете поменять других!» Даже если их недостатки и пороки очевидны, «ловить и причинять добро» нельзя. Не получится. Но ваши близкие могут поменяться сами. Вы же вправе этому поспособствовать, применяя «принцип позитивного образа или открытой двери». Принцип этот заключается в формировании у человека того образа, который вам кажется наиболее выигрышным для него самого или для ваших отношений. «Тебе бы очень пошло...», «В будущем я вижу тебя вот такой...», «Ты можешь стать в этом деле лучше...». Подобные послания вполне могут сработать, если, конечно, желаемые вами изменения не противоречат глубинным убеждениям тех, для кого вы эти образы создаете.

Если же мы говорим о дальнем круге – коллегах по работе, например, то тут можно применить технику «рефрейминга». Заключается она в том, чтобы просто переименовать для себя качества, которые вас раздражают, в более позитивные. Допустим, мы можете переименовать офисного сплетника в «хорошо информированного сотрудника», а вашего склочного сослуживца – в «человека, всегда умеющего постоять за свои интересы».

В принципе, ситуация от этого не изменится, но вам станет легче и проще. А человек, которого вы переименовали, на уровне невербальных сигналов почувствует это и, следовательно, ваши с ним отношения тоже имеют все шансы измениться в лучшую сторону.

Исходя из Вашей богатой практики, скажите, что заставляет людей меняться? Не людей вокруг менять, а именно пытаться в себе что-то изменить?

В.В.: Выделю две основные причины: кризис 30-40 лет и «крокодил». Поясню. Очень часто люди среднего возраста, достигшие определенного успеха и, в принципе, имеющие все, что нужно, казалось бы, для счастья: карьеру, семью, детей, материальную базу – вдруг обнаруживают, что жизнь потеряла смысл. Это такой экзистенциальный кризис, проходя который надо заново узнать себя, понять, что же ты хочешь на самом деле, поставить себе новые цели и обрести энергию, чтобы эти цели достичь. Тут без внутренних изменений, без корректировки своих убеждений и глубинных установок часто не обойтись.

Что касается «крокодила»... Этим словом я называю какой-то вызов или очень сложные обстоятельства, в которые жизнь человека поставила. Увольнение, потеря материального благополучия, здоровья или семьи – все это довольно «сильные крокодилы», которые могут запустить цепочку изменений. Заставить меняться может даже угроза подобной потери. Например, приходит ко мне женщина и говорит, что ее отношения с мужем зашли в такой тупик, что ее в принципе любящий и любимый супруг объявил ей: «Вот так я смогу вытерпеть еще 3 месяца. Если ничего не поменяется, я ухожу». Так как семья ей дорога, она вдруг осознала, что готова к изменениям. И стала меняться.

Вообще, готовность к переменам – очень важная вещь. Не так давно одна из моих клиенток с порога мне заявила: «Мне 30 лет. У меня мерзкий характер. И я не могу построить никакие личные отношения. Но менять ничего в себе я не собираюсь!» Я говорю: «Хорошо, приходите в 40». Она задумалась, и мы начали работать.

О пороках и добродетели

К мастеру обратились ученики с вопросом:

– Как необходимо поступать со своими пороками и добродетелями?

Мастер в ответ спросил их:

– Что будет с хорошими семенами, если закопать их в землю?

Ученики ответили:

– Они взойдут и дадут хороший урожай.

– А что будет, если эти семена оставить лежать на поверхности земли под палящими лучами солнца? – продолжал спрашивать мастер.

– Они погибнут! – не сомневаясь, ответили ученики.

– А если то же самое проделать с плохими семенами?

– Если их закопать в землю, то получим бесполезные и вредные заросли сорняков. А если оставить их на солнце, то они также погибнут.

На это мастер им ответил:

– Люди глубоко ошибаются, когда свои добродетели выставляют напоказ, а свои пороки стараются спрятать как можно глубже в тайниках своей души. Это приводит лишь к тому, что пороки, как и плохие семена в земле, пускают корни и дают обильные дурные всходы. Нужно делать все наоборот: свои добродетели прячьте глубоко в душе, и они прорастут великими добрыми делами. А свои пороки выставляйте на палящие лучи солнца, и оно уничтожит их.



Федор Тютчев

Всесилен я и вместе слаб,
Властитель я и вместе раб,
Добро иль зло творю — о том не рассуждаю,
Я много отдаю, но мало получаю,
И в имя же свое собой повелеваю,
И если бить хочу кого,
То бью себя я самого.

Валерий Брюсов

Поэту

Ты должен быть гордым, как знамя;
Ты должен быть острым, как меч;
Как Данту, подземное пламя
Должно тебе щеки обжечь.

Всего будь холодный свидетель,
На все устремляя свой взор.
Да будет твоя добродетель —
Готовность войти на костер.

Быть может, все в жизни лишь средство
Для ярко-певучих стихов,
И ты с беспечального детства
Ищи сочетания слов.

В минуты любовных объятий
К бесстрастью себя приневольт,
И в час беспощадных распятий
Прославь исступленную боль.

В снах утра и в бездне вечерней
Лови, что шепнет тебе Рок,
И помни: от века из терний
Поэта заветный венок!



Михаил Лермонтов

1
Когда б в покорности незнания
Нас жить создатель осудил,
Неисполнимые желанья
Он в нашу душу б не вложил,
Он не позволил бы стремиться
К тому, что не должно свершиться,
Он не позволил бы искать
В себе и в мире совершенства,
Когда б нам полного блаженства
Не должно вечно было знать.
2
Но чувство есть у нас святое,
Надежда, бог грядущих дней,
Она в душе, где все земное,
Живет наперекор страстей;
Она залог, что есть поныне
На небе иль в другой пустыне
Такое место, где любовь
Предстанет нам, как ангел нежный,
И где тоски ее мятежной
Душа узнать не может вновь.

Владимир Высоцкий

Слева бесы, справа бесы,
Нет, по новой мне налей!
Эти — с нар, а те — из кресел,—
Не поймешь, какие злей.
И куда, в какие дали,
На какой еще маршрут
Нас с тобою эти вразли

По этапу поведут!
Ну, а нам что остается?
Дескать -- горе не беда?
Пей, дружище, если пьется,-
Все — пустыми невода.
Что искать нам в этой жизни?
Править к пристани какой?
Ну-ка, солнце, ярче брызни!
Со святыми упокой...



Николай Гумилев

Людям будущего

Издавна люди уважали
Одно старинное звено,
На их написано скрижали:
“Любовь и Жизнь — одно”.
Но вы не люди, вы живете,

Стрелой мечты вонзаясь
в твердь,
Вы слейте в радостном полете
Любовь и Смерть.
Издавна люди говорили,
Что все они рабы земли
И что они, созданья пыли,
Родились и умрут в пыли.
Но ваша светлая беспечность
Зажглась безумным пеньем лир,
Невестой вашей
будет Вечность,
А храмом — мир.
Все люди верили глубоко,
Что надо жить, любить шутя
И что жена — дитя порока,
Стократ нечистое дитя.
Но вам бегущие години
Несли иной нездешний звук,
И вы возьмете на Вершины
Своих подруг.

Константин Бальмонт

Избранный

О, да, я Избранный, я Мудрый, Посвященный,
Сын солнца, я — поэт, сын разума, я — царь.
Но — предки за спиной и дух мой искаженный —
Татуированный своим отцом дикарь.
Узоры пестрые прорезаны глубоко.
Хочу их смыть — нельзя. Ум шепчет: перестань.
И с диким бешенством я в омуты порока
Бросаюсь радостно, как хищный зверь на лань.
Но, рынку дань отдав, его божбе и давкам,
Я снова чувствую всю близость к божеству.
Кого-то раздробив тяжелым томагавком,
Я мной убитого с отчаяньем зову.

Николай Карамзин

Не будь ни в чем излишне строг;
Щади безумцев горделивых,
Щади невежд самолюбивых;
Без гнева обличай порок:
Добро всегда собой прекрасно,
А зло и гнусно, и ужасно.
Прощая слабости другим,
Ты будешь слабыми любим,
Любовь же есть святой учитель.
И кто не падал никогда?
Мудрец, народов просветитель,
Бывал ли мудр и тверд всегда?
В каких странах благословенных
Сияет вечно солнца луч
И где не видим бурных туч,
Огнями молний воспаленных?
Ах! самый лучший из людей
Бывал игрищем страстей.



ДОБРОДЕТЕЛИ И ПОРОКИ

СКАЗКА МИХАИЛА САЛТЫКОВА-ЩЕДРИНА



по белу свету щеголять — Добродетели-то за ним и не поспели. И не поспевши, — огорчились. «Ладно, говорят, щеголай, нахал, в шелках! Мы и в рубище от всех почтены будем!» А Пороки им в ответ: «И будьте почтены с богом!»

Не стерпели Добродетели насмешки и стали Пороки на всех перекрестках костить. Выйдут в рубищах на распутие и пристаю к прохожим: «Не правда ли, господ честные, что мы вам и в рубище милы?» А прохожие в ответ: «Ишь вас, салопниц, сколько развелось! Проходите, не задерживайте! бог подаст!»

Пробовали Добродетели и к городовым за содействием обращаться. «Вы чего смотрите? Совсем публику распустили! Ведь она, того и гляди, по уши в пороках погрязнет!» Но городовые знай себе стоят да Порокам под козырек делают.

Так и остались Добродетели ни при чем, только пригрозили с досады: «Вот погодите! Ушлют вас ужо за ваши дела на каторгу!»

А Пороки между тем все вперед да вперед бегут, да еще и похваляются. «Нашли, говорят, чем страшать — каторгой! Для нас-то еще либо будет каторга, либо нет, а вы с самого рожденья в ней по уши сидите! Ишь, злецы! Кости да кожа, а глаза, посмотри, как горят! Щелкают на пирог зубами, а как к нему приступить — не знают!»

Словом сказать, разгоралась распря с каждым днем больше и больше. Сколько раз даже до открытого боя дело доходило, но и тут фортуна почти всегда Добродетелям изменяла. Одолеют Пороки и закуют Добродетели в кандалы: «Сидите, злоумышленники, смирно!» И сидят, покуда начальство не вступится да на волю не выпустит.

В одну из таких баталий шел мимо Иванушка-Дура-

Добродетели с Пороками исстари во вражде были. Пороки жили весело и ловко свои дела обдывали; а Добродетели жили посерее, но зато во всех азбуках и хрестоматиях как пример для подражания приводились. А втихомолку между тем думали: «Вот кабы и нам, подобно Порокам, удалось хорошенькое дельце обделать!» Да, признаться сказать, под шумок и обдывали.

Трудно сказать, с чего у них первоначально распря пошла и кто первый задрал. Кажется, что Добродетели первые начали. Порок-то шустрый был и на выдумки гораздый. Как пошел он, словно конь борзый, странство ногами забирать, да в парчах, да в шелках



чок, остановился и говорит сражающимся:

— Глупые вы, глупые! Из-за чего только вы друг друга увечите? Ведь первоначально-то вы все одинаково свойствами были, а это уж потом, от безалаберности да от каверзы людской, добродетели да пороки пошли. Одни свойства понажали, другим вольный ход дали — колесики-то в машине и поиспортились. И воцарились на свете смута, свара, скорбь... А вы вот что сделайте: обратитесь к первоначальному источнику — может быть, на чем-нибудь и сойдетесь!

Сказал это и пошел путем-дорогой в казначейство подать вносить.

Поддействовали ли на сражающихся Иванушкины слова, или пороку для продолжения битвы не достало, только вложили бойцы мечи в ножны и задумались.

Думали, впрочем, больше Добродетели, потому что у них с голоду животы подвело, а Пороки, как протрубили трубы отбой, так сейчас же по своим прежним канальским делам разбрелись и опять на славу зажили! — Хорошо ему про «свойства» говорить! — первое молвило Смирennemудрие. — Мы и сами не плоше его

эти «свойства» знаем! Да вот одни свойства в бархате щеголяют и на золоте едят, а другие в затрапезе ходят да по целым дням не евши сидят. Иванушке-то с полаторя: он набил мамон мякиной — и прав; а нас ведь на мякине не проведешь — мы знаем, где раки зимуют!

— Да и что за «свойства» такие проявились? — встревожилось Благодичие. — Нет ли тут порухи какой? Всегда были Добродетели и были Пороки, сотни тысяч лет это дело ведется и сотни тысяч томов об этом написано, а он на-тко, сразу решил: «свойства»! Нет, ты попробуй, приступись-ка к этим сотням тысяч томов, так и увидишь, какая от них пыль столбом полетит!

Судили, рядили и наконец рассудили: Благодичие правду сказало. Сколько тысяч веков Добродетели числились Добродетелями и Пороки — Пороками! Сколько тысяч книг об этом написано, какая масса бумаги и чернил изведена! Добродетели всегда одесную стояли, Пороки — ошуйю; и вдруг, по дурацкому Иванушкину слову, от всего откажись и назовись какими-то «свойствами»! Ведь это почти то же, что от прав состояния отказаться и «человеком» назваться!



Просто-то оно, конечно, просто, да ведь иная простота хуже воровства. Поди-тко спроста-то коснись, ан с первого же шага в такое несметное множество капканов попадешь, что и голову там, пожалуй, оставишь! Нет, о «свойствах» думать нечего, а вот компромисс какой-нибудь сыскать — или, как по-русски зовется, фортель — это, пожалуй, дельно будет. Такой фортель, который и Добродетели бы возвеселил, да и Порокам бы по нраву пришелся. Потому что ведь и Порокам подчас жутко приходится. Вот намердись Любострастие с поличным в бане поймали, протокол составили, да в ту же ночь Прелюбодеяние в одном белье с лестницы спустили. Вольномыслие-то давно ли пыльным

цветом цвело, а теперь его с корнем вырвали! Стало быть, и Порокам на фортель пойти небезвыгодно. Милостивые государи! Милостивые государыни! Неужгодно ли кому предложить: у кого на примете «средств-вице» есть? На вызов этот прежде всех выступил древний старичок, Опытом называемый (есть два Опыта: один порочный, а другой добродетельный; так этот — добродетельный был). И предложил он штуку: «Отыщите, говорит, такое сокровище, которое и Добродетели бы уважило, да и от Пороков было бы не прочь. И пошлите его парламентаром во вражеский лагерь». Стали искать и, разумеется, нашли. Нашли двух бобы-

лок: Умеренность и Аккуратность. Обе на задворках в добродетельских селениях жили, сиротский надел держали, но торговали корчемным вином и потихоньку Пороки у себя принимали. Однако первый блин вышел комом. Бобылки были и мало представительны, и слишком податливы, чтоб выполнить возложенную на них задачу. Едва появились они в лагере Пороков, едва начали канитель разводить: «Помаленьку-то покойнее, а потихоньку — вернее», как Пороки всем скопищем загалдели: — Слыхали мы-ста прибаутки-то эти! Давно вы с ними около нас похаживаете, да не в коня корм! Уходите с богом, бобылки, не проедайтесь! И как бы для того, чтобы доказать Добродетелям, что их на кривой не объедешь, на всю ночь закатились в трактир «Самарканд», а под утро, расходясь оттуда, поймали Воздержание и Непрелюбысотворение и поступили с ними до такой степени низко, что даже татары из «Самарканда» дивились: хорошие господа, а что делают! Поняли тогда Добродетели, что дело это серьезное и надо за него настоящим манером взяться. Произросло между ними в ту пору существо среднего рода: ни рак, ни рыба, ни курица, ни птица, ни дама, ни кавалер, а всего помаленьку. Произросло, выровнялось и расцвело. И было этому межеумку имя тоже среднего рода: Лицемерие... Все в этом существе было загадкой, начиная с происхождения. Сказывали старожилы, что однажды Смирение с Любострастием в темном коридоре спознались, и от этого произошел плод. Плод этот Добродетели сообща выкормили и выпоили, а потом и в пансион к француженке Комильфо отдали. Догадку эту подтверждает и наружный вид Лицемерия, потому что хотя оно ходило не иначе, как с опущенными долу глазами, но прозорливцы не раз примечали, что по лицу его частенько пробегают любострастные тени, а поясница, при случае, даже очень нехорошо вздрагивает. Несомненно, что в этом наружном двоегласии в значительной мере был виноват пансион Комильфо. Там Лицемерие всем главным наукам выучилось: и «как по струнке ходить», и «как водой не замутить», и «как без мыла в душу влезть»; словом сказать, всему, что добродетельное житие обеспечивает. Но в то же время оно не избегло и влияния канкана, которым и стены, и воздух пансиона были пропитаны. Но, кроме того, мадам Комильфо еще и тем подгадила, что сообщила Лицемерию подробности об его родителях. Об отце (Любо-

страстии) сознавалась, что он был моветон и дерзкий — ко всем щипаться лез! Об матери (Смирение) — что она хотя не имела блестящей наружности, но так мило вскрикивала, когда ее щипали, что даже и не расположенные к щипанию Пороки (каковы Мздоимство, Любоначалие, Уныние и проч.) — и они не могли отказать себе в этом удовольствии. Вот это-то среднее существо, глаза долу опускающее, но и из-под закрытых век блудливо окрест высматривающее, и выбрали Добродетели, чтоб войти в переговоры с Пороками, и такой общий *modus vivendi* [образ поведения (лат.)] изобрести, при котором и тем и другим было бы жить вольготно. — Да ты по нашему-то умеешь ли? — вздумало было предварительно проэкзаменовать его Галантерейное Обращение. — Я-то? — изумилось Лицемерие. — Да я вот как... И не успели Добродетели опомниться, как у Лицемерия уж и глазки опущены, и руки на груди сложены, и румянчик на щеках играет... девица, да и шабаш! — Ишь, дошла! Ну, а по-ихнему, по-порочному... как? Но Лицемерие даже не ответило на этот вопрос. В один момент оно учинило нечто, ни для кого явственно не видимое, но до такой степени достоверное, что Прозорливство только сплонуло: «Тьфу!» И затем все одинаково решили: написать у нотариуса Бизяева общую доверенность для хождения по всем добродетельским делам и вручить ее Лицемерию. Взаялся за гуж, не говори, что не дюж: как ни горько, а пришлось у Пороков пардону просить. Идет Лицемерие в ихний подлый вертеп и от стыда не знает, куда глаза девать. «Везде-то нынче это паскудство развелось! — жалуется оно вслух, а мысленно прибавляет: — Ах, хорошо Пороки живут!» И точно, не успело Лицемерие с версту от добродетельской резиденции отойти, как уж со всех сторон на него разлитым морем пахнуло. Смехи, да пляски, да игры — стон от веселья стоит. И город какой отменный Пороки для себя выстроили: просторный, светлый, с улицами и переулками, с площадями и бульварами. Вот улица Лжесвидетельства, вот площадь Предательства, а вот и Срамной бульвар. Сам Отец Лжи тут сидел и из лавочки клеветой распивочно и навынос торговал. Но как ни весело жили Пороки, как ни опыты они были во всяких канальских делах, а увидевши Лицемерие, и они ахнули. С виду — ни дать, ни взять, сущая девица; но точно ли сущая — этого и сам черт не разберет. Даже Отец Лжи, который думал, что нет в мире

той подлости, которой бы он не произошел, — и тот глаза вытаращил.

— Ну, — говорит, — это я об себе напрасно мечтал, будто вреднее меня на свете никого нет. Я — что! Вот он, настоящий-то яд, где! Я больше нахалом норовлю — оттого меня хоть и не часто, а все-таки от времени до времени с лестницы в три шеи спускают; а это сокровище, коли прильнет, — от него уж не отвертишься! Так тебя опутает, так окружит, что покуда все соки не вызудит — не выпустит!

Тем не менее, как ни велик был энтузиазм, возбужденный Лицемерием, однако и тут без розни не обошлось. Пороки солидные (аборигены), паче всего дорожившие преданиями старины, как, например: Суемудрие, Пустомыслие, Гордость, Человеконенавистничество и прочее, — не только сами не пошли навстречу Лицемерию, но и других остерегали.

— Истинный порок не нуждается в прикрытии, — говорили они, — но сам свое знамя высоко и грозно держит. Что существенно нового может открыть нам Лицемерие, чего бы мы от начала веков не знали и не практиковали? — Положительно ничего. Напротив, оно научит нас опасным изворотам и заставит нас ежели не прямо стыдиться самих себя, то, во всяком случае, показывать вид, что мы стыдимся. Caveant consules! [Пусть консулы будут бдительны! (лат.)] До сих пор у нас было достаточно твердых и верных последователей, но ведь они, видя наши извороты, могут сказать: «Должно быть, и впрямь Порокам туго пришлось, коль скоро они сами от себя отрицаться должны!» И отвернутся от нас, вот увидите — отвернутся.

Так говорили заматерелые Пороки-Катоны, не признававшие ни новых веяний, ни обольщений, ни обстановок. Родившись в навозе, они предпочитали задохнуться в нем, лишь бы не отступить от староотеческих преданий.

За ними шла другая категория Пороков, которые тоже не выказали особенного энтузиазма при встрече с Лицемерием, но не потому, однако, чтобы последнее претило им, а потому, что они уже и без посредства Лицемерия состояли в секретных отношениях с Добродетелями. Сюда принадлежали: Измена, Вероломство, Предательство, Наушничество, Ябеда и проч. Они не разразились кликами торжества, не рукоплескали, не предлагали здравиц, а только подмигнули глазом: милости просим!

Как бы то ни было, но торжество Лицемерия было обеспечено. Молодежь, в лице Прелюбодеяния, Пьянства, Объедения, Распутства, Мордобития и проч., сразу созвала сходку и встретила парламентаря такими овациями, что Суемудрие тут же нашлось вынужденным прекратить свою воркотню навсегда.

— Вы только мутите всех, старые пакостники! — кричала старикам молодежь. — Мы жить хотим, а вы уныние наводите! Мы в хрестоматию попадем (это в особенности льстило), в салонах блистать будем! Нас старушки будут любить!

Словом сказать, почва для соглашения была сразу найдена, так что когда Лицемерие, возвратившись восвояси, отдало Добродетелям отчет о своей миссии, то было единогласно признано, что всякий повод для существования Добродетелей и Пороков, как отдельных и враждебных друг другу групп, устранен навсегда. Тем не менее старую номенклатуру упразднить не решались — почем знать, может быть, и опять понадобится? — но положили употреблять ее с таким расчетом, чтобы всем было видимо, что она прикрывает собой один только прах.

С тех пор пошло между Добродетелями и Пороками гостеприимство великое. Захочет Распутство побывать в гостях у Воздержания, возьмет под ручку Лицемерие, — и Воздержание уже издала, завидев их, приветствует:

— Милости просим! Покорно прошу! У нас про вас...

И наоборот. Захочет Воздержание у Распутства постненьким полакомиться, возьмет под ручку Лицемерие, а у Распутства уж и двери все настезь:

— Милости просим! Покорно прошу! У нас про вас...

В постные дни постненьким потчуют, в скромные — скромненьким. Одной рукой крестное знамение творят, другой — неистовствуют. Одно око горе возводят, другим — непрестанно вожделеют. Впервые Добродетели сладости познали, да и Пороки не остались в убытке.

Напротив, всем и каждому говорят: «Никогда у нас таких лакомств не бывало, какими теперь похода жуируем!»

А Иванушка-Дурачок и о сию пору не может понять: отчего Добродетели и Пороки так охотно помирились на Лицемерии, тогда как гораздо естественнее было бы сойтись на том, что и те и другие суть «свойства» — только и всего.

ЗАБОТЯСЬ О КРАСОТЕ, НАДО НАЧИНАТЬ С СЕРДЦА И ДУШИ

Коко Шанель

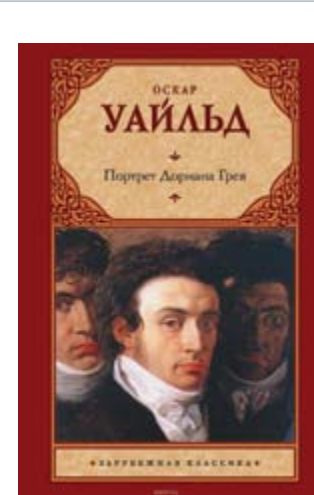


ОДНА ПРИВЫЧКА В НЕДЕЛЮ

ИЗДАТЕЛЬСТВО «МИФ», 2015

БРЕТТ БЛЮМЕНТАЛЬ

Это одна из тех книг, которая не потребует от вас временных затрат, но приведет к потрясающим результатам. А все потому, что автор — эксперт в области «правильного» образа жизни — предлагает внедрять в свою жизнь всего лишь по одной позитивной привычке в неделю. Каждой привычке посвящена одна небольшая глава, которую минут за 10-15 вы легко прочитаете. Ввести одну привычку в неделю тоже несложно: чаще улыбаться, слушать больше музыки, писать в дневник. Но за год вы приобретете целых 52 полезных привычки, и это может, правда, изменить вашу жизнь.



ПОРТРЕТ ДОРИАНА ГРЕЯ

ИЗДАТЕЛЬСТВО «АНФ», 2012

ОСКАР УАЛЬД

От совершенной красоты Дориана Грея все вокруг без ума: художник Бэзил Холлуорд нарисовал его портрет, женщины вешаются ему на шею. Как тут не подпасть под влияние сэра Генри Уоттона? Этот циник и эстет становится «демоном» Дориана и помогает ему преодолеть муки совести, после чего Дориан перестает различать добро и зло. Любящую его девушку он бросает и доводит до смерти, а дальше его жизнь – череда бесконечных злодейств и преступлений. Только портрет напоминает ему о том, что ни один его порок не останется безнаказанным. Лицо живого Дориана по-прежнему прекрасно – он обречен на вечную молодость. Но лицо на портрете с каждым новым злодейством становится все более обезображенным...



ПОКА ФРЕЙД СПАЛ. ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКИХ ПОРОКОВ

ИЗДАТЕЛЬСТВО «РИПОЛ-КЛАССИК», 2017

НИКОЛАЙ НИКУЛИН

Писатель и журналист Николай Никулин по стилю немножко подражает Эразму Роттердамскому, знаменитому средневековому автору «Похвалы глупости». Он предлагает нам свободное и довольно легкое философствование на тему, которую он условно ограничил определением «человеческие пороки». Похоть, Пьянство, Равнодушие, Самоуверенность, Трусость и еще почти тридцать человеческих слабостей становятся для автора поводом для того, чтобы порезвиться мыслью, используя всю свою масштабную эрудицию.

АДВОКАТ ДЬЯВОЛА

РЕЖИССЕР ТЕЙЛОР ХЕЙВОРД, 1997
В РОЛЯХ: АЛЬ ПАЧИНО, КИАНУ РИВЗ, ШАРЛИЗ ТЕРОН

Молодой адвокат благодаря своему таланту может оправдать кого угодно, любого маньяка, насильника и убийцу. Он не проигрывает дела. Его невероятная удача привлечет к себе внимание сильных мира всего, и это не политики или олигархи. А гораздо хуже... «Определенно, тщеславие — любимый из грехов». Эта цитата стала визитной карточкой фильма.



СЕМЬ

РЕЖИССЕР ДЭВИД ФИНЧЕР, 1995
В РОЛЯХ: БРЭД ПИИТТ, МОРГАН ФРИМЕН, ГВИНЕТ ПЭЛТРОУ

Детективы Сомерсет и Миллз расследуют дело о серийном убийце Джоне Доу, возмнившем себя орудием Господа и карающем за смертные грехи. Одержимый идеей наказания за «смертные грехи», он подвергает жертвы физическим и моральным страданиям, которые готовит с холодной расчетливостью. Длительные страдания заканчиваются смертью. Каждое наказание посвящено одному из семи главных пороков: «Чревоугодие», «Алчность», «Праздность», «Гордыня», «Похоть», «Зависть» и «Гнев». Изощенный мучитель и убийца оставляет на месте преступления лишь название греха, который совершила жертва, а также хитроумную зацепку-головоломку, позволяющую найти следующую жертву.



ОСТРОВ

РЕЖИССЕР ПАВЕЛ ЛУНГИН, 2006
В РОЛЯХ: ПЕТР МАМОНОВ, ВИКТОР СУХОРУКОВ, ДМИТРИЙ ДЮЖЕВ

На холодный уединенный остров стремятся люди, потерявшие надежду. Все они ищут встречи с чудачковатым старцем Анатолием, чьи молитвы исцеляют тела и души. Вот только свой грех Анатолий отмолить не может, как ни старается. Помогая очередному просителю, Анатолий, наконец, получает шанс искупить убийство, которое он совершил много лет назад. Фильм-событие 2006 года стал второй совместной работой режиссера Павла Лунгина и Петра Мамонова, завоевав шесть премий «Золотой орел» и шесть премий «Ника».



САЛЬВАДОР ДАЛИ

«Бенгальский тигр»



«Бенгальский тигр» составлен из отдельных квадратов, в которых проглядывают фрагменты жизни разных людей и стран. Складывается впечатление собирательного образа мира. Образ тигра выступает как защита от зла, торжество жизни. Выполненная в довольно агрессивных тонах желтого цвета с вкраплениями многочисленных оттенков черного и элементами красного и белого цветов, картина наполнена внутренней силой и динамичностью.

Взгляд затягивает в глубины, подобно воронке. Постепенно, слой за слоем, открываются все новые подробности, и тогда целое начинает выглядеть в совершенно ином свете. Совместимость несовместимого проявилась особенно ярко в «Бенгальском тигре».

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР
Тимур Сидоров
ЗАМЕСТИТЕЛЬ ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА
Елена Лихачёва

РЕДАКТОРЫ:
Анна Бокова
Юлия Качанова
Жанна Булатицкая

ГЛАВНЫЙ ХУДОЖНИК
Екатерина Моисеева

ФОТО НА ОБЛОЖКЕ
iStock

ФОТОГРАФИИ, ИЛЛЮСТРАЦИИ
iStockphoto, ИТАР ТАСС

ИНТЕРВЬЮ ПОДГОТОВИЛА
Елена Лихачёва

ИЗДАТЕЛЬ
ООО «ДСС Медиа Групп»

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР
Тимур Сидоров

ЖУРНАЛ
«НАЧАЛО. ЦЕННОСТИ И КАЧЕСТВО ЖИЗНИ»

Оригинальное издание.
Издаётся «ДСС Медиа Групп».
№51 февраль — март 2019
Свидетельство о регистрации
средства массовой информации
в Федеральной службе РФ
по надзору в сфере связи,
информационных технологий
и массовых коммуникаций
ПИ № ТУ 50-783 от 09.09.2010.

Цена свободная
Предназначен для аудитории +12 лет

КОНТАКТЫ

115093, Москва, ул. Большая Серпуховская, д. 44, оф. 19.
Телефон редакции (вопросы содержания номера,
авторского сотрудничества): +7 (495) 765-20-39
Телефон дирекции (коммерческое сотрудничество,
размещение рекламы): 8 (495) 799-20-93
Email: nachalomag@gmail.com

отпечатано ООО «ТИПОГРАФИЯ КЕМ»
129626, Москва, Графский пер., д. 9, стр. 2

Подписано в печать 04.10.2018
Тираж 5000 экз.

НАЧАЛО

WWW.NACHALO-JOURNAL.RU



САЙТ ЖУРНАЛА «НАЧАЛО» - ПЛОЩАДКА ДЛЯ ОБЩЕНИЯ
И ОБМЕНА МНЕНИЯМИ, А ТАКЖЕ ПОЛНЫЙ АРХИВ НОМЕРОВ,
САМЫЕ ИНТЕРЕСНЫЕ СТАТЬИ, АДРЕСА ТОЧЕК ПРОДАЖ,
ГДЕ ВЫ МОЖЕТЕ ПРИОБРЕСТИ ИЗДАНИЕ

ISSN 2219-1968

19051



9 772219 196003