

КАТЯ **ГОРДОН**



ЛЕГКИЙ СПОСОБ  
**БРОСИТЬ  
СТРАДАТЬ**

**Книга самого популярного юриста России**

Топ Рунета

Екатерина Гордон

**Легкий способ бросить страдать**

«Издательство АСТ»

2021

УДК 159.923.2  
ББК 88.52

**Гордон Е. В.**

Легкий способ бросить страдать / Е. В. Гордон — «Издательство АСТ», 2021 — (Топ Рунета)

ISBN 978-5-17-136638-4

Екатерина Гордон — юрист, филантроп, общественный деятель; автор нескольких книг стихов и сотен песен. По опросам «Левада-центр», является одной из самых вдохновляющих личностей в России. «Легкий способ бросить страдать» — замечательная книга о становлении личности, о поиске себя, своего пути и предназначения. Это душевный стриптиз порядочного человека, который сознательно бросает свой совершенно разный жизненный опыт под «поезд» критики, насмешек, удивления и возможного непонимания, в надежде спасти хоть одно неокрепшее сердце или наивную душу. Эта книга — схема построения собственного кодекса чести, персонального свода законов, который должен быть у каждого человека. Это обещание счастья, хрупкого как крылья бабочки, но непобедимого и стремительного как стрела. Это любовь к себе, к людям, к окружающему миру. Любовь, которая всегда с тобой... — Ольга Корнильева, редактор. В формате PDF А4 сохранен издательский макет книги.

УДК 159.923.2

ББК 88.52

ISBN 978-5-17-136638-4

© Гордон Е. В., 2021

© Издательство АСТ, 2021

# Содержание

Введение	6
О чем эта книга	10
Конец ознакомительного фрагмента.	13

**Катя Гордон**  
**Легкий способ бросить страдать**

© Гордон Е. В., текст

© ООО «Издательство АСТ»

## Введение

Мы живем в эпоху, когда естественный отбор, который нам удалось обмануть посредством прорыва в медицине и псевдо-здорового образа жизни, перешел на другой уровень. Теперь Вселенная выбраковывает людей на уровне психики и характеров.

В современных реалиях, в период жесткой динамики бытия и постоянного наращивания скоростей во всех сферах, появляется огромное количество неустойчивых к стрессу людей, не способных переживать кризисы. Психиатр сегодня – очень востребованная профессия. С каждым годом в мире растет число суицидов, регистрируется около 2 миллионов новых случаев заболевания шизофренией, порядка 20 % населения планеты страдают депрессией. Впечатляющие данные, не правда ли?

Мы живем в эпоху Великого слома. С появлением цифрового ТВ стремительно теряют позиции федеральные телеканалы. Рейтинги еще недавно культовых шоу Малахова, Борисовой или Шепелева сегодня тают на глазах, и эту тенденцию уже не изменить. У множества людей, живущих в дальних уголках России, появилась возможность выбирать, что посмотреть, причем не из семи каналов, как раньше, а из двадцати и более.

Когда у человека появляется выбор, его сложнее идеологически обработать, труднее им управлять. Однако это умело компенсируется понижением уровня образования.

К сожалению, мы живем во времена, когда рушится крепкая классическая система образования. Мои родители преподаватели: мама преподавала, в том числе и в МГУ, папа в физтехе, и все без исключения педагоги «старой гвардии» сегодня говорят о том, что российское образование разрушается стремительными темпами. И это отнюдь не стариковские размышления о лучшем прошлом, а анализ системы за последние несколько лет. Для того чтобы вами было легко управлять, вы должны быть плохо образованы и для вас должна быть создана удобная, а главное, простая концепция жизни. И тогда тупой и управляемый человек будет жить и голосовать так, как велят, и будет гордиться своим выбором, ведь даже не сможет понять, что им манипулируют.

Удобная концепция жизни заключается в том, что любому человеку, чтобы как-то существовать в этом мире, необходима хотя бы минимальная предсказуемость. Моя первая профессия – психолог. Во время обучения нам рассказывали о теориях, подкрепленных различными практическими выводами. Стоит отметить, что самые интересные эксперименты, на мой взгляд, ставили американцы, и один из них меня поразил. Нам показали опыт, где группа людей играла в компьютерные игры, и к ним были подключены датчики. Так вот, когда правила игры постоянно менялись, показатели, определяющие стресс «подопытных», взлетали вверх, испытуемые переставали ориентироваться и начинали себя плохо чувствовать. При этом если правила игры не менялись, даже при условии, что игра обретала кровавый, жестокий оборот, испытуемые все равно оставались в более или менее комфортной для себя и своей психики форме: они знали, что ждет за углом, как убить монстра и где найти супер-оружие.

Вывод прост: любому человеку нужна хоть сколько-нибудь стройная концепция существования, некая предсказуемость, какие-то объяснения про рай и ад, про президентский срок, про то, что будет после выборов и обещание счастья. Для того чтобы выживать, мы должны постоянно за что-то цепляться. Поэтому, чтобы мы не выбрасывались из окон, а стабильно работали, платили налоги и оставались хотя бы иллюзорно здоровым обществом, те, кому нужны наши силы и деньги, предлагают нам некую концепцию существования – предсказуемость, псевдосвободу и псевдобезопасность.

Для управления человеком всегда искали образ будущего. В Советском Союзе таких проблем не было, а вот в новой России постоянно возникают сложности. Мой первый супруг, Саша Гордон, не без участия господина Владислава Суркова создавал некоммерческую орга-

низацию, которая должна была работать над образом будущего. Задача НКО состояла в том, чтобы находить в России подходящие проекты и финансировать их. Сейчас все это благополучно заглохло, но я помню, как тогда, во времена моей юности, вопрос об образе будущего остро стоял перед первыми лицами государства.

Нынешняя власть пытается успокоить народ воспоминаниями о победе в Великой Отечественной войне и восхвалением побед наших спортсменов на Олимпийских играх. Но эксплуатация прошлых достижений говорит лишь о том, что мы так и не нашли новых идей и целей, не отыскивали объяснения нашего существования и понятного для современного человека образа будущего. Нам буквально навязывают понятие «Родина», когда хотят, чтобы мы участвовали в выборах, когда от нас требуют безропотного подчинения, когда наших детей отправляют на войну. При этом активно эксплуатируемое понятие «Родина» практически не работает для тех, кто отправляет на фронт наших сыновей: их дети учатся за границей и воевать никогда не будут.

Отмечу, что мои слова – это не оппозиционное заявление. В них нет никакой политики – только здравый смысл. К сожалению, в нашей стране, где много необразованных людей и где человека не уважают, любой намек на здравый смысл часто воспринимается как протест или хуже – крестовый поход против власти. Я же считаю, что надо оставлять себе право на здравые, эгоистичные суждения, право на собственное мнение, не навязанное извне.

Кстати, сейчас во всем мире моден здравый эгоцентрический подход к собственной жизни. Давно отгремели мировые бестселлеры, романы-антиутопии американской писательницы и философа Айн Рэнд<sup>1</sup>. На мой взгляд, после эпохи таких практических книг на тему здорового эгоцентризма и психотерапии, заточенной под собственную индивидуальность, должна начаться эпоха неэгоцентрического мышления, точнее баланса. С одной стороны, никто не оспаривает ваше «Я» и вашу самость, а с другой, вы должны понимать, что именно благодаря небольшим действиям и реальными делам вы исцеляетесь и наполняете вашу жизнь смыслом. Это такая смесь трудотерапии и здорового эгоцентризма.

Представляется достаточно очевидным, почему сейчас мы приходим к эгоистическому существованию. До недавнего времени вся наша жизнь была про выживание. Сначала мы были вынуждены держаться вместе, потому как, если бы кто-то не сберегал огонь, другой не охотился на мамонта, а третий не занимался детьми, мы бы просто не выжили. Далее встала задача выживать семьей, что тоже было оправдано экономической целесообразностью. У женщин не было возможности иметь свою квартиру, пятак земли и уж тем более, свое любимое дело и возможность зарабатывать на жизнь. Да и получать высшее образование женщины стали значительно позже мужчин – лишь во второй половине XIX века появились Бестужевские курсы<sup>2</sup>.

Сегодня, когда у каждой из нас есть шанс завоевать свое пространство, мы сначала хорошо подумаем, нужен ли нам другой человек. И речь идет не об эмансипации – речь идет об экономике, и касается это и женщин и мужчин. Посмотрите, состоятельные мужчины тоже не спешат срочно обзаводиться семьями, не видя в этом в первую очередь экономической целесообразности.

Любому человеку можно дать право выбора. Например, если поставить несчастных женщин или маменькиных сынков и сказать им: «Вот, ребята, сейчас мы отматываем время на 10–20 лет назад, и каждому из вас дадим шанс научиться зарабатывать деньги, чтобы вы смогли жить в красивой квартире и реализовывать себя. Готовы ли вы променять на такую жизнь своего мужа, от которого терпите побои и унижения, или жизнь в тесной квартирке со своей сума-

---

<sup>1</sup> Айн Рэнд – американская писательница и философ, родившаяся в Российской империи. Известна двумя романами-бестселлерами – «Источник» и «Атлант расправил плечи». Работала также как драматург и сценарист. Создательница философской системы, названной ею объективизмом.

<sup>2</sup> Бестужевские курсы – высшие учебные курсы для женщин, возникшие в 1870-х годах в Санкт-Петербурге. Одно из первых учебных заведений для женщин, желавших получить университетское образование.

шедшей мамой, с которой вы до сих пор спите в обнимку? Выберите опцию «Я сам»? Я уверена, что 90 % признаются в своем несчастье и скажут: «К черту все, мы хотим свою свободу!» Но... теми, у кого выбора нет, легче управлять.

Если вы проанализируете свою жизнь, то заметите, что такие высокие понятия, как любовь, Родина, дружба часто используют те, кто хочет вас использовать и обмануть. Я же считаю, что в новом времени нужно забыть об этих понятиях и прийти к партнерству, чтобы, как ни странно, снова обрести любовь, Родину и дружбу, но уже на другом уровне. Об этом мы тоже поговорим в этой книге.

Свобода выбора базируется на осознанности, с чем у нас тоже часто возникают проблемы: многие врут не только своему окружению, но и самим себе. Не так давно отмечали праздник семьи, любви и верности, и я просто не выдержала, читая в соцсетях посты о семье. Все откуда-то повытаскивали старые фото со своими супругами, которым отчаянно изменяют, и пишут: вот он, смысл жизни, ее основа. Такой подход в принципе смешон. Чаще всего наличие такой «семьи» оправдано страхом, что тебя «сожрут», если не будешь иметь рядом «соратника».

Понимаю, что многие находятся в раздумьях: смогут ли они выжить в одиночку, нужен ли этот мужчина (женщина), чувствовать ли мне и дальше себя несчастной – ведь все одноклассницы замужем, а я нет. В этой точке выбора вы должны сами честно разложить свой страх на атомы и докопаться до сути: о чем он на самом деле? Это может быть страх старения, смерти или вы банально боитесь остаться без денег (не хватит на коммуналку, еду, ребенка). Когда вы станете честны с собой, разработайте алгоритм и начните решать проблему пошагово.

Часто не понимая, в чем суть наших страхов и переживаний, мы выстраиваем целые жизни «не про нас». Нам кажется, будто сейчас нам грустно, потому что «любимого» рядом нет. А о том, что тот же самый человек раздражает нас тем, что уничтожает первым все в холодильнике, не вспомнив о нас, или тем, что не приносит домой денег, даже не задумываемся. Или рассуждения мужа о жене: «Она же мне детей родила, значит, я должен оставаться с ней до конца ее дней». И такое мышление, если он ее не любит и не хочет, приводит лишь к тому, что он уничтожает и ее и свое время, а их дети растут несчастными, потому что нелюбовь в семье всегда чувствуется. Какой в этом смысл? Привычка? Потому что так жили родители? Но сейчас другое время. Так зачем все это?

Мир вокруг разрушается на наших глазах, старые догматы и жизненные стратегии давно уже не работают. Ни в рамках семьи, ни в рамках государства. На недавних известных выборах все кандидаты из пальца высасывали идеологии для своих партий. Поскольку я тоже была официальным кандидатом, то могла воочию наблюдать за потугами политиков, и поняла, что передо мной сидят те, кто думает, что «продать» народу. Им безразличны люди с их проблемами – им просто нужно выбрать идеологию, за которой, как им кажется, пойдет некий процент электората.

Вот одна дама заявляет: «Я буду геев защищать. Есть же геи в стране? Есть! Вот они тогда вокруг меня объединятся». Другой говорит: «А я за коммунистов, ведь в стране они еще остались, поэтому я буду их поддерживать. К тому же Зюганов на пенсию пойдет, вот я вместо него и буду». Вот так сидят и высасывают из пальца «идеологии». При этом всем на все плевать, а на людей и подавно. Но они что-то придумывают, поскольку так надо. Глядя на все это, я заявила, что буду «просто за баб». Так и вышло: «Гордон – за баб». Я сказала: «Женщины многое на себе тянут, и я буду за них, а вы со всеми вашими идеологиями идите к черту». Кстати, я и бизнес сейчас выстроила, по сути, «за баб». Большая часть клиентов компании «Гордон и сыновья» – женщины.

Надо понимать, что, когда мир не дает идей для существования, когда уже мало и религии, и политики, никто не жаждет работать просто так, выполняя чьи-то требования. Человек начинает задумываться: «Зачем мне это, и что хочу именно я?» В этой точке X, когда ваше существование буквально упирается в тупик, первое, что нужно сделать (и чему нас не учат) –



наладить отношения с собой, разобраться с тем, кто вы есть, вычленив себя из хаоса, в котором мы все живем, понять, нащупать свой внутренний голос. Кто там в вас сидит, кто тот товарищ и почему он все время недоволен, но при этом молчит?

Друг Опри Уинфри<sup>3</sup> признался, что его прозрение в жизни началось тогда, когда он понял, что в нем живет «голос». Этот «голос» страдал, был недоволен, и именно с ним нужно было разобраться. Как только он отделил себя от «голоса», то стал понимать, что нужно делать, чтобы наладить свою жизнь. Для себя я этот «голос» внутренне визуализирую и отождествляю с моим мозгом. Я понимаю, что мой мозг часто функционирует отдельно от меня, что у него есть свои задачи: он работает «на входящих», обрабатывает услышанное и увиденное, использует память, предвидит будущее и т. д. И для того, чтобы не сойти с ума и остаться собой, мне нужно с ним договариваться и выстраивать отношения.

Все это банальные вещи, но я их проговариваю, чтобы вместе с вами, разобраться в понимании того, что происходит, куда мы идем, и о чем будем говорить в книге «Легкий способ бросить страдать».

Возможно, когда-нибудь эта мысль войдет в учебники, а я стану первой, кто об этом заговорил. Я убеждена, что сейчас можно и нужно говорить о том, что естественный отбор перешел на следующий уровень – уровень отбора характеров и психологической устойчивости. Люди продолжают страдать по привычке, ведомые паттернами<sup>4</sup> прошлых поколений, но старые шаблоны больше не работают. Поэтому я пишу эту книгу. А поскольку у меня нет ни капли тщеславия (оно давно удовлетворено), я не делаю бизнес на продаже рукописи. Мне просто-напросто хочется, чтобы после прочтения этой книги вам было странно страдать, чтобы вы бросили страдать в первую очередь по себе, чтобы вам стала не нужна сама функция страданий. Вы сможете отключить эту опцию раз и навсегда, потому что я знаю, где находится эта «волшебная» кнопка.

**Хорошего чтения!**

---

<sup>3</sup> Опра Уинфри – американская телеведущая и общественный деятель.

<sup>4</sup> Паттерн – многократно повторяющийся шаблон или образец.

## О чем эта книга

Дорогой читатель, это книга или даже учебник. Не стану делать вид, будто пишу ее сама долгими вечерами. Я диктую ее райтеру, который помогает мне структурировать мои мысли. Не относитесь к этому труду как к художественной литературе, скорее это попытка поделиться тем, в чем я убеждена и что знаю совершенно точно. Ах, если бы я обладала этими чуть ли не сакральными знаниями раньше, то определенно вспоминала бы о большем количестве счастливых дней моей жизни...

Когда пришла идея создания книги, я задумалась: кто будет моим читателем? Конечно, самые близкие люди: семья, дети, друзья, те, кому я хочу бесконечного добра, а также те, кто примет мою искренность и не будет истолковывать ее как-то неверно, те, кого я тем или иным образом хочу спасти или уберечь. А раз уж я все равно решила написать книгу, то почему бы ее не опубликовать?

Недавно я шла вдоль морского берега, и мой старший сын Даниил спросил меня: «Мам, а ты знаешь ответы на все вопросы?» Я уверенно ответила: «Да, я знаю достаточно для того, чтобы в ближайшие 10 лет, когда ты будешь меня о чем-то спрашивать, я бы отвечала тебе не сомневаясь. Потому что именно сейчас я живу с полным ощущением того, что узнала какую-то очень важную правду о жизни, о том, кто я и кто мы».

Этим знанием я и хочу поделиться с вами. В России (особенно среди интеллигенции) принято сомневаться в любой мысли и ни за какое утверждение не брать на себя ответственность, что, в свою очередь, порождает всякие амбивалентные, многосложные суждения. Мы везде допускаем двойственность: начиная от мнения о чем-либо и заканчивая пониманием себя и своей роли в этой жизни. Но это мнимая безопасность, потому что она приводит к неустроенности и страданиям. Суть жизни проста: необходимо брать ответственность за свои убеждения. Только так мы сможем докопаться до сути.

Первое, о чем мне хочется сказать: наша жизнь начинается отнюдь не с рождения. Забудьте о дне своего рождения и перестаньте вести отсчет согласно цифрам в паспорте. Ваше рождение произошло в тот момент, когда вы начали понимать **кто вы**, когда прочувствовали это и начали жить жизнью, уготованной именно вам. Очень многие живут до седины, так и не родившись, и умирают, так и не узнав себя. Это страшно и обидно. Более того, сама система в макросмысле не нацелена на то, чтобы помочь вам разобраться в том, кто вы и зачем, что хорошо и плохо именно для вас. Поэтому вы должны понять, что это только ваша задача. Нужно сказать, что такие понятия как «хорошо» и «плохо» достаточно условны. Это, конечно, вовсе не означает, что я не согласна с тем, что зло – плохо, а добро – хорошо. Речь идет о том, что эти понятия имеют более глубокий смысл. Хорошо спать ночью, а утром просыпаться рано, хорошо до тридцати успеть родить ребенка и выйти замуж: все это лишь установки. Такие «хорошо» надуманны и перестают работать в современном мире. Конечно, чтобы мы вместе могли существовать на планете, для нас в любой точке мира должно существовать общее понятие «плохо»: убивать, красть, обманывать. Все, что вредит другому человеку – плохо. В одном американском штате есть такой феномен как «The Broken Dreams Law» – закон о разбитой мечте, согласно которому человека можно привлечь к ответственности за то, что он разбил твои мечты. Например, вы готовились к свадьбе, мужчина обещал жениться, а в результате он вас обманул, так как на самом деле не планировал вступать с вами в брак. Обман и попытка манипуляции другим человеком с целью получения низменной выгоды или прямой обман – всегда плохо.

Столь базовые вещи должны быть всем очевидны. Но, к сожалению, есть уголки земли, где убивать – не «плохо» в силу экономических причин, военной ситуации или религиозных убеждений. Тем не менее, для меня это неоспоримые, фундаментальные вещи. Такие «плохо»

ничем не могут оправдываться, иначе мы поубиваем друг друга и человечеству останутся считанные дни. Но все прочее, что не относится к незыблемым человеческим ценностям, дышит на ладан и не срабатывает концептуально. Ведь вы уже не в силах ответить себе на многие вопросы: почему и для кого?

Идеологию, чтобы вы понимали, всегда писали для того, чтоб держать людей вместе и управлять ими. Были совершенно конкретные люди, идеологи, занимавшиеся этим профессионально. Так было и в советский период, так происходит и сейчас. Один из самых известных последних идеологов – **Владислав Сурков**. Но и кроме него при власти есть люди, которые пытаются строить новые идеологии и что-то придумывать, хотя их идеи уже не так хорошо срабатывают. Время, когда можно было придумать концепт и заставить всех в него поверить, прошло. Единственное, за счет чего сегодня политики пытаются упростить себе задачу – снижение уровня образования населения и устранение возможности критически мыслить. Но они не понимают, что прежних «хорошо», придуманных в разное политическое время в различных экономических ситуациях, больше нет.

Поэтому, прежде чем двигаться вперед, начните с себя – освободитесь от старых установок, если они в вас еще живы вследствие того, что вы выросли в определенной семье и вас так воспитали. А для свободы должна быть внутренняя смелость сказать себе: «Стоп, хватит!» Плюс должно быть важное качество – умение перестать слушать окружающих. Может быть, за исключением двух-четырех людей, которым вы доверяете в силу того, что они доказали собственным жизненным опытом свое право советовать. Остальное же – среднестатистический общий гул, который вообще не должен вас интересовать. Ориентируясь на толпу, вы никогда не будете успешны, ведь толпа не может быть успешной. Успешным может быть лидер, личность, отдельно взятый человек. Следовательно, возникает вопрос: зачем вы до сих пор пытаетесь ориентироваться на мнение тех, кто никогда не достигнет того, чего хотите достичь вы? **Вы сами должны понять, кто вы.** Не ваши родители, не ваше окружение, не те, кто вещает с телеэкранов, а именно вы. Вы должны познакомиться с собой и понять, кем являетесь на самом деле. В этот момент начнется ваше рождение как личности!

И так уж сложилось, что рождение чаще всего связано с болью. С настоящей болью – событием, точкой отсчета: смертью близкого человека, потерей работы, глобальным личным разочарованием или системным сбоем жизни. Когда доходишь до тупика и понимаешь, что жить так невозможно. При этом вы даже не можете сформулировать, что конкретно не так, но присутствует устойчивое ощущение того, что вы находитесь в абсолютно безвоздушном пространстве, что жизнь ваша не имеет смысла. В такие моменты даже может возникнуть мысль убить себя. Но на самом деле мысли должны быть не про «убить себя», а про «убить того, кем вы не являетесь». Очень важно действительно «совершить попытку суицида», разумеется, не физического, но «убить» то, что навязано извне, с чем вы жили до того, как пришли к ситуации, когда стало totally плохо. Так вот, именно с этой точки отсчета, с боли и начинается знакомство с собой.

Я предлагаю вам (по аналогии с библейским Ветхим Заветом) попробовать создать себя за семь дней, используя как мой личный опыт, так и опыт многих однажды прозревших людей: познакомиться с собой и создать свой мир, отказавшись от мира навязанного, стать тем, кто точно осознает происходящее, стать свободным.

Мне довелось пожить и в образе жертвы, и в образе, как мне казалось, страшной девочки, закомплексованной до такой степени, что в десятом классе я не могла прочесть стихотворение у доски. Как говорил мой профессор Николай Евгеньевич Веракса<sup>5</sup>, который занимался диа-

---

<sup>5</sup> Веракса Николай Евгеньевич – российский психолог, специалист по психологии дошкольного образования, доктор психологических наук, профессор, ректор Московской педагогической академии дошкольного образования.

лектическим мышлением<sup>6</sup>: «каждый из нас – это набор опций». В нас изначально заложено реально все: от опции убить до опции любить. А дальше все зависит от того, как вы будете договариваться с собой, со своим мозгом, характером, что вы будете вычленять из себя и лепить. И это уже ваш выбор. Я поняла, что мы действительно об этом!

Когда ко мне в юридическую компанию приходят женщины и рассказывают, как годами живут с садистами, терпят и любят, я говорю им: «Так это ваш выбор». Я очень жестко разговариваю с теми, кто сам делает такой выбор, еще и при детях. Страдать – высшая степень эгоизма и глупости. Я говорю об этом абсолютно серьезно. Причем, если вам кажется, что страдание это исключительно женская функция, я вас разочарую. Есть мальчишки-страдальцы, которые вечером, выпив стаканчик виски, начинают «умирать», хвататься за сердце и вспоминать бывших жен. Запомните, у страдальца нет гендерных различий. Страдальцев-мужчин не меньше, чем страдалиц-женщин. Просто женщины чаще страдают напоказ, а мужчины, как правило, «в своей компании», под алкоголь, в узком кругу. Известно, что в домах ребенка малыши почти не плачут, потому что их никто не берет на руки. Плач – социальное явление, и, как мама двоих детей, я прекрасно знаю это. Малыш плачет, призывает маму, сигнализирует о дискомфорте, а иногда просто капризничает, ждет внимания к себе. В детдомах же тихо: бедных, несчастных, брошенных детей практически никто и никогда не берет на руки. В тот момент, когда вы поймете, что современный мир больше не откликается на плач, что мы все – просто толпа взрослых детдомовцев, вы перестанете плакать. А я расскажу, что нужно делать дальше.

---

<sup>6</sup> Диалектическое мышление – мышление, стремящееся к интеграции конфликтующих суждений.

## **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.