

«ПРОТИВ ЧАСОВОЙ СТРЕЛКИ»

Общество убеждает нас стареть и плохо себя чувствовать, и мы подчиняемся.

Когда в 1979 году психиатр Эллен Лангер затеяла этот эксперимент, у неё уже была репутация специалиста, предпочитающего подтверждать смелые теории ещё более смелой практикой. Практиковалась Эллен преимущественно на пенсионерах.

Тремя годами ранее она стала автором истинно революционного для геронтологии эксперимента в доме престарелых Арден-хаус в Коннектикуте, доказав, что трепетный уход за стариками вовсе не так хорош, как принято думать, и сведёт в могилу быстрее, чем иное заболевание. Эксперимент стал частью исследования синдрома выученной беспомощности.

Но миссис Лангер не намерена была останавливаться на достигнутом. Она собиралась полностью разрушить тусклый ореол старости и доказать, что мы молоды ровно настолько, насколько считаем себя молодыми.

Для нового эксперимента Эллен отобрала восемь мужчин. Средний возраст испытуемых – 75 лет. Все они должны были неделю жить в переоборудованном для научно-мирских нужд монастыре в штате Нью-Хэмпшир. Подопытные ещё не знали, что именно их ждёт. Всё, о чём их попросили, – не брать с собой книги, журналы или фотографии, появившиеся меньше 20 лет назад.

Когда восемь мужчин зашли в дом, в котором им предстояло безвылазно провести неделю, они обомлели. Такое впечатление, будто они перенеслись в прошлое. Конкретно – в 1959 год. Чёрно-белый телевизор, старые пластинки, книжки на полках, календари – всё возвращало их в реальность двадцатилетней давности.

Дальше больше: участников эксперимента попросили одеваться и вести себя так, будто на дворе и правда 1959 год. А им, соответственно, не пыльные 75 лет, а задорные 55.

Поначалу казалось, что подобное невозможно. Как вычеркнуть последние 20 лет из жизни? Быстро выяснилось, что очень даже легко. Без связи с внешним миром, в котором всё ещё царствовал 1979 год, мужчины начали говорить, жить и даже думать так, будто оказались в 1959-м.

Персонал обращался с ними соответственно: никаких предложений помочь донести тяжёлую сумку или переставить полку. Никаких напоминаний принять таблетки или сходить в туалет. Всё сами!

Уже неделя эксперимента дала потрясающие результаты. У большинства испытуемых улучшилась осанка, гибкость, мышечная сила, зрение (на 10%!) и память. То есть все те параметры, которые не щадит возраст. Кроме того, выяснилось, что у 63% участников в конце эксперимента результаты теста IQ были выше, чем в начале.

Самое интересное: участники эксперимента помолодели и внешне. Их фотографии до и после эксперимента были показаны случайным людям. Те, посмотрев на фотографии, посчитали, что на снимках «после» мужчины выглядят в среднем на три года моложе.

То есть эксперимент доказал, что наше самочувствие напрямую зависит от нашего окружения и модели, которую оно навязывает. Если ты в 70 будешь называть себя дедушкой, жаловаться на старость и просить всех подряд перевести тебя через дорогу, ты будешь чувствовать себя как старик.

Но если набраться смелости, и проигнорировать запрос социума на ворчливых пенсионеров, и до самой смерти в 95 лет думать, что тебе всё ещё 45, – у тебя есть все шансы прожить не только долгую, но и здоровую, активную и счастливую жизнь.

В 2009 году Эллен Лангер написала на основе своих экспериментов бестселлер «Против часовой стрелки» (Counter Clockwise). Издание на английском, его можно найти в Интернете.

НАУМ РАЙКИН

ОРУЖИЕ БУДУЩЕГО – НЕТ ГЛОБАЛЬНЫМ ВОЙНАМ

(Окончание. Начало с. 7)

Есть основания полагать, что при наличии у многих стран средств ДКО создаются условия, обеспечивающие стабильность и без применения военной силы. Это близко к той ситуации, когда «кольт уравнивает всех». Аналогичная ситуация имеет место в странах, в которых разрешено покупать и носить личное оружие, которое персонально защищает его обладателя. Однако надо подчеркнуть большую разницу в возможностях упомянутой аналогии: разрешение иметь личное оружие (это имеет место в немногих странах) и наличие у страны дистанционно-кибернетического оружия. В первом случае гражданин принимает решение о применении оружия самостоятельно (при этом надо помнить, что люди имеют разные характеры: например, при дорожных разборках автомобилистов выяснение отношений начинается со слов, рукоприкладства, а заканчивается нередко стрельбой из оружия), а в другом случае разрешение на применение, например, ДКО должно даваться правительством страны в результате коллективно принятого взвешенного решения. В этом случае личный человеческий фактор должен исключаться по определению.

В связи с изложенным напрашивается вывод: конкуренция, противоборство и соревнование стран и народов в будущем видятся в сфере развития научно-технологического потенциала, подъёма экономики и усиления гуманизации социума как базовых элементов современной и будущей цивилизации, а не в сфере грубого произвола и агрессии, что должно уйти безвозвратно в историю прошлого под давлением

наличия средств поражения ДКО. Клином, как говорится, вышибают клином. При этом надо особо подчеркнуть, что в статье не затрагиваются вопросы разоружения или сокращения современных традиционных систем вооружения, наоборот, речь идёт о довооружении, потому что в статье выдвигается предложение об оснащении каждой из стран своих вооружённых сил средствами поражения ДКО, наносимый ущерб которыми при их боевом применении может уступать только ущербу, наносимому ядерными средствами. При этом, по оценкам, средства поражения ДКО могут быть доступны каждой из стран: запретов на их создание и приобретение никаких нет, при этом они не являются слишком материалоёмкими и финансовозатратными, но являются наукоёмкими и требуют при своём создании и применении использования высоких технологий.

Не исключено, что со временем, после создания, отработки и развёртывания средств поражения ДКО, объёмы запасов образцов классических вооружений могут быть существенно сокращены за ненадобностью до уровня необходимой достаточности, потому что потребность в их излишнем количестве в значительной степени может уменьшиться.

В итоге есть основания заключить, что в результате создания и полномасштабного развёртывания дистанционно-кибернетического оружия может быть положен конец глобальным, истребительным и агрессивным войнам, потому что наличие ДКО будет серьёзно побуждать страны принимать вынужденно осознанный отказ от развязывания жестоких войн. Разум и естественное желание сохра-

нения жизни в человеческом сообществе всегда и везде должны брать верх по определению.

Таким образом, реализация изложенной концепции в настоящее время стала возможной (в отличие от прошлых исторических периодов) в связи с большой и развитой урбанизацией наиболее цивилизованных стран, которые и бывают чаще всего странами-агрессорами и более половины населения которых зачастую проживает в крупных мегаполисах, жизнеобеспечение которых централизованно обеспечивают небольшое количество, по существу, незащищённых (при этом эффективно защитить их технически очень трудно и сложно) каналов снабжения электричеством, водой, связью, продуктами питания, топливом для транспорта и т. д.

Очевидно, что при выводе из строя этих каналов средствами поражения ДКО наступает катастрофическое состояние мегаполисов, что можно трактовать как неприемлемый ущерб для страны-агрессора. При этом характерно, что реализовать такой ожидаемый ущерб может страна-жертва относительно небольшим числом даже закупленных средств ДКО, если она является, например, технологически недостаточно развитой страной. Такая перспектива может серьёзно просветлить и охладить головы лидеров агрессии и заставить их осмысленно отказаться в конечном итоге от преступных злодейских намерений и замыслов.

В конечном итоге видится, что жизнь людей в условиях, когда не будет вечно висеть дамоклов меч в виде больших войн, станет спокойнее, комфортнее, более обеспеченной и достойной для любого человека как высшего творения природы.

ОБ АВТОРЕ



Григорий Григорьевич Вокин родился в 1936 году, в 1959-м окончил Киевский политехнический институт по специальности «автоматика и телемеханика», с 1959 по 1992 год проходил службу в 4 ЦНИИ МО, где прошёл путь от инженера-лейтенанта до полковника и от младшего научно-

го сотрудника до заместителя начальника отдела (отдел оценки боевой эффективности и живучести ракетного вооружения стратегического назначения), начальника отдела (отдел автоматизации исследовательского проектирования ракетных комплексов стратегического назначения).

В 1992 – 1994 гг. – заместитель генерального директора НИИ искусственного интеллекта, в 1994 – 1998 гг. – заместитель директора Межотраслевого НИИ «Интеграл» по научной работе. С 1998 года работает в НИИ КС – филиале ГКНПЦ имени М.В. Хруничева. В 2001 – 2017 гг. – организатор и начальник Отделения подготовки научных кадров – аспирантуры ГКНПЦ им. М.В. Хруничева; с 2008 года – заведующий базовой кафедрой «управление и информационные технологии в космических системах» Технологического университета (г. Королёв Московской обл.); с 2017 года – главный научный сотрудник НИИ КС. Кандидат техни-

ческих наук (1966 г.), доктор технических наук (1986 г.), академик Международной академии информатизации (1994 г.), профессор (1998 г.), заслуженный деятель науки Российской Федерации (2002 г.), академик Российской академии космонавтики им. К.Э. Циолковского (2008 г.).

Результаты работ Григория Вокина представляют существенный вклад в теорию систем управления ракетно-космических объектов оборонного и социально-экономического назначения, а также в информатику. Вокин является автором концепции создания высокоэффективного оружия нового класса – дистанционно-кибернетического оружия, которое может стать преградой для развязывания агрессивных глобальных войн. Обосновал существование ограничений фундаментального характера в сфере космических исследований, а также предложил и обосновал проект формирования Кодекса космического мышления землян.

Основные результаты его работ опубликованы более чем в 220 научных трудах, в том числе не менее чем в 100 печатных. Имеет 20 изобретений и патентов, пять из которых являются крупными. Результаты научных исследований нашли применение при обосновании перспектив развития систем управления ракетно-космических объектов и их боевого оснащения, а также при реализации мероприятий по воссозданию и развитию инфраструктуры отечественной индустрии программного обеспечения.

Профессор Вокин ведёт плодотворную научную, научно-организационную и педагогическую деятельность. Он имеет ряд правительственных наград, а также почётные награды научно-общественных организаций и административных органов власти.