

Думай. Почему надо сомневаться во всём

«Думай»: Попурри; Минск; 2014
ISBN 978-985-15-2604-4

Книга научит вас лучше ориентироваться в лабиринте ложных стереотипов и предрассудков, присущих мозгу любого человека, давать отпор вздорным идеям и покажет, как твердо стоять обеими ногами в реальном мире.

Для широкого круга читателей.

© 2013 by Gay P. Harrison

© Illustrations by Kevin Hand

© Перевод. Издание на русском языке. Оформление. ООО «Попурри», 2014

* * *

Эта книга посвящается моей матери Кони Гаррисон. Спасибо за все те походы в библиотеку, мама. Они воздались сторицей.

Слова благодарности

Спасибо моей жене и детям за то, что всегда поддерживают меня и наполняют мою жизнь любовью. Я благодарен также блестящей команде издательства «Prometheus Books», в частности Стивену Митчеллу, Джейд Зоре Шибиллии, Меган Куинн, Джилл Максик, Кэтрин Робертс-Эйбл, Николь Соммер-Лехт, Брюсу Карлу и Брайану Макмагону. Особую признательность хочу выразить также Кевину Хенду за его рисунки, украшающие начало каждой главы. Он один из лучших иллюстраторов, с какими мне приходилось работать.

Введение

Важное решение, принятое мною много лет назад, положило начало череде позитивных изменений в моей жизни. Не помню точно, когда именно это случилось и произошло ли в одночасье, но как-то мне пришло в голову стать скептиком и начать мыслить так, как мыслят ученые. Этот простой, но важный выбор дал мне возможность сэкономить массу времени и денег, а также избавил меня от многих неприятностей и сожалений. Я вовсе не жаждал превосходства над окружающими, ведь скептицизм не есть высокомерие, не хотел стать холодным и бесстрастным, лишить свою жизнь всякой таинственности. Научное мышление не лишает вас радости, которую

приносят фантазии и неосуществимые мечты. Скептический образ мышления не предполагает ограничений в решении возникающих изо дня в день вопросов и проблем. Я обратился к скептицизму для того, чтобы свести к минимуму время, затрачиваемое впустую на ложь, ошибки и заблуждения, а также чтобы по возможности обезопасить себя от разного рода обманщиков и мошенников.

Если бы не мой скептический взгляд на всякие необычные методы лечения, о которых мне приходилось слышать, то сколько бы денег я потратил впустую на разного рода шарлатанов, которые, вполне возможно, могли нанести вред моему здоровью? Сколько болтунов с хорошо подвешенным языком, сколько продавцов всяких соблазнительного вида, но бесполезных продуктов не смогли заманить меня в свои сети благодаря моему скептицизму? Скольким организациям, основанным на лжи или, по меньшей мере, на весьма сомнительных предпосылках, не удалось завлечь меня в свои ряды (и я не потратил на них драгоценные часы, дни или годы жизни)? Насколько сильнее и увереннее я становился изо дня в день, перестав бояться всего того, что не имеет отношения к известной нам действительности?

Я тревожусь за тех, чей скептицизм недостаточно крепок. Когда люди спотыкаются и падают, это вызывает во мне грусть. Стольких жертв не должно быть. Я уверен, что каждый человек способен мыслить научно и все мы должны стремиться к этому. Каким образом это осуществить, вы узнаете из данной книги. Если вы уже скептик, она поспособствует укреплению вашего скептицизма. Кроме того, книга поможет вам подобрать аргументы, чтобы переубедить своих родных и друзей, которые ваш скептицизм не разделяют. Научный образ мышления, разумеется, не гарантирует вам идеальной жизни, свободной от ошибок и рисков, но позволяет уверенно и с успехом лавировать в море заблуждений и предрассудков, свойственных нашему безумному миру. Недостаточный скептицизм представляет собой, пожалуй, самую опасную и недооцениваемую форму охватившего мир кризиса. Применяемый же настойчиво и энергично, скептицизм способен в одночасье изменить к лучшему судьбы всего человечества. Это наше самое мощное оружие и самая надежная оборона, вот только мы в большинстве своем не знаем об этом и не пользуемся этим. Политики о скептицизме не говорят. Учителя скептицизму не учат. Родители скептицизм не поощряют. И поэтому, практически не встречая сопротивления, наш мир продолжают опутывать ложь и заблуждения, переходящие из поколения в поколение. Платой за нашу неготовность дать отпор необоснованным или попросту ложным убеждениям оказываются многие безвременно потерянные жизни. Некоторые из нас попросту не подозревают, как легко умному, здоровому, образованному человеку соблазниться разного рода чужими иррациональными идеями или своими собственными фантазиями, порождаемыми естественными процессами, происходящими в мозге. Одна из целей данной книги – помочь вам избежать этой ошибки.

Мою книгу в каком-то смысле можно было бы назвать учебником или справочником, но очень важно, чтобы читатели понимали, что речь здесь идет не о каком-то собрании фактов и аргументов, в которые людям надлежит верить. Эта книга не про то, *о чем* вам нужно думать, а про то, *как* вы должны мыслить. Я не ставлю перед собой цель расширить круг своих единомышленников или верных последователей, а хочу лишь побудить читателей к тому, чтобы они думали своей головой, мыслили здраво и шли по жизни, не позволяя каким бы то ни было иррациональным предрассудкам сбить их с пути. Я отнюдь не хочу, чтобы читатели видели во мне некий авторитетный источник, на который можно положиться и снять с себя ответственность за свои мысли и поступки. (Например, я не верю в то, что экстрасенсы и медиумы способны читать чужие мысли и общаться с умершими.) Не верьте мне на слово. Старайтесь сами мыслить скептически. Мне случалось ошибаться и прежде, может быть, ошибаюсь и сейчас.

Эта книга – призыв полагаться только на себя. Чтобы выжить в реальном мире и не стать жертвой обмана со стороны разного рода жуликов, шарлатанов и просто заблуждающихся людей, вы должны жить своим умом. Разумеется, к мнению специалистов, к информации, получаемой из заслуживающих доверия источников, прислушиваться стоит, но гораздо важнее не забывать рассуждать здраво, когда в вашу дверь стучатся с какими-то необыкновенными историями. Всем нам следует научиться отличать правду от вымысла.

Странные, необычные, неправдоподобные, опасные идеи окружают нас со всех сторон, причем каждый день появляются новые, поэтому мы не успеваем их осмыслить заранее и тем более принять меры, чтобы обезопасить себя должным образом. Преимущество скептического взгляда на вещи состоит в том, что все подвергается сомнению и разумной критике. Кстати, для нормальной работы мозга необходимы полноценное питание и физическая активность, об этом забывать не следует.

Скептицизм важен для каждого из нас независимо от уровня интеллекта, образования, места жительства, социального статуса и материального положения. К сожалению, все мы падки на разного рода вымыслы и нереальные вещи, так уж человек устроен. Полагая, что у вас абсолютный иммунитет, вы становитесь лишь более уязвимыми, так что опасайтесь заблуждений и старайтесь оградить себя от всякой чепухи.

К счастью, наш разум, который иногда подводит нас, может быть и нашим самым бдительным и эффективным защитником. Станет ли он для вас источником проблем или вашим спасителем, зависит только от вас самих.

Гай Гаррисон

Глава 1

Будьте бдительны

Неразумно обобщать что-либо заранее или предполагать, потому что на свете слишком много вещей, которые попадают в широчайшую пропасть между черным и белым. Таково мое правило. Однако, поскольку вы читаете эту книгу, позволю себе отступить от него и выдвинуть два предположения. Готов биться об заклад, что, во-первых, вы человек, а во-вторых, живете на планете Земля. Если я прав, тем хуже для вас. Сознаете вы это или нет, ваше место жительства и ваша принадлежность к роду человеческому обрекают вас на пожизненное заточение на поверхности сферического сумасшедшего дома. Не по своей вине вы родились в мире, населенном добрыми людьми, которые исполнены добрых намерений, но в том или ином смысле помешаны, пребывают в заблуждении или в бреде. И большинству из них очень хочется увлечь вас в тот туман, который их самих окружает. Но это еще не все.

В мире нет недостатка в злых людях, намерения которых в отношении вас отнюдь не благие. Они лгут сознательно. Быть может, они хотят причинить вам зло, воспользоваться вашей доверчивостью, отнять у вас деньги, а может, преследуют все три цели. К сожалению, укрыться от этих людей невозможно. Случается порой, что вам на пути попадаются злые люди, желающие обмануть вас, иногда встречаются люди добрые и честные, но сами обманутые. Рано или поздно они настигают вас, это неминуемо происходит. Более того, многие из них живут рядом с вами прямо сейчас. Они ваши соседи. Они учатся или работают вместе с вами. Иногда речь идет о ваших близких друзьях. В любой семье обязательно найдутся такие. Вы могли бы попытаться сбежать от них, но куда вам бежать? Никакое место нельзя считать безопасным, потому что такие люди есть повсюду. Нет города, нет общества, свободного от них. Они будут оказываться рядом с вами снова и снова. У них миллионы методов и триллионы приемов. Их идеи подобны микробным паразитам, которым достаточно малейшей трещинки в вашей обороне, чтобы проникнуть вам в мозг. *Присоединяйтесь к нам. Заплатите нам. Уделите нам время. Купите это. Купите то. Доверьтесь этому лекарству. Дайте нам денег. Думайте, как мы. Станьте одним из нас. Поверьте нам. И не забудьте заплатить.*

Когда они приходят к вам, им зачастую без особого труда удастся убедить вас верить им ваш мозг или ваш кошелек, после чего с головой окунуться в трясину бездумности и безмятежности. Но это в краткосрочной перспективе. Долгосрочные последствия могут оказаться куда более неприятными. Есть люди, которые настолько слабы и пассивны, что жить чужим умом – это действительно единственно возможный выбор для них. Надеюсь, к вам это не относится. Наверняка вы предпочли бы жить своим умом, за свой счет и иметь чувство собственного достоинства. Я прав?

Я хотел бы, чтобы эта книга нашла отклик в сердце каждого, кому она

попадет в руки. Давайте с самого начала оговорим некоторые фундаментальные принципы, чтобы вы могли удостовериться, что она действительно подходит вам.

- Если вы намерены всю жизнь метаться между всевозможными утверждениями, которые вряд ли являются истинными, и странными верованиями, которые вряд ли имеют под собой устойчивую почву, тогда отложите эту книгу, она не для вас.

- Если вы находите удовольствие в том, чтобы тратить бешеные деньги на всякие нелепые чудо-снадобья и абсурдные продукты, навязываемые вам вездесущей рекламой, немедленно прекратите чтение и больше никогда не прикасайтесь к данной книге.

- Если вы находите разумным тревожиться о вещах, которых нет в природе и которые по этой причине никак не могут вам навредить, бегите от этой книги как можно дальше.

- Если пребывание в интеллектуально удушающей атмосфере группы или организации, отказывающей своим членам в праве думать самостоятельно и задавать осмысленные вопросы, представляется вам комфортным и благоразумным, тогда купите столько экземпляров этой книги, сколько можете себе позволить, и сожгите их. И пока они будут гореть, пойте что-нибудь. Слова значения не имеют, любые сгодятся.

- Если вы чувствуете, что эта книга не для вас, мне очень жаль. Но, по крайней мере, ваш жизненный путь ясен: вы будете верить всему, что вам говорят. Вы забудете про разум и станете следовать голосу сердца. Кому нужны факты, когда ведущая роль принадлежит интуиции? Вы не будете никогда ни в чем сомневаться, вам не придет в голову задуматься о таких вещах, как свидетельства, доказательства, логика, здравый смысл, не говоря уже о таком несносном предмете, как наука. В общем, не жизнь, а мечта. Однако, прежде чем отправляться в этот славный путь, пожалуйста, закройте книгу и стукните себя ею по лбу десять раз. Это принесет вам удачу. Поверьте мне.

Вы все еще здесь? Это может означать только одно: вы готовы думать головой! Видимо, вы принадлежите к числу людей, которые способны и хотят противостоять всеобщему безумию и давать отпор предрассудкам, как и полагается людям двадцать первого века. Вы хотите научиться чувствовать, где сокрыта ложь, и отличать полезные продукты от бесполезных, распознавать подоплеку фальшивых слов и лживых обещаний, максимально обезопасить себя и найти применение своим способностям. Вы готовы дать бой всем этим варварам, которые осаждают вас и пытаются проникнуть к вам под череп. Они стремятся пробить брешь в вашей обороне взятыми с потолка утверждениями и вздорными идеями, но вы достаточно сильны, чтобы встретить их во всеоружии.

Мыслите по-научному

Самое эффективное противоядие для неправильного мышления – это правильное мышление. Лучший способ заставить мошенника ретироваться – увидеть его насквозь. Чтобы загнать в тупик человека, внушающего вам всякую чепуху, нужно критически воспринимать его слова и задавать правильные вопросы. Важно смотреть на этих людей и слушать их активно, прилагая определенные усилия. Пассивность может сыграть с вами злую шутку. Мошенникам и болтунам только на руку, когда попадается широко распахнутый и никем не охраняемый мозг. Реагируйте на ложь и чушь так, как реагировал бы ученый, столкнувшись, например, с новым заболеванием тополей или обнаружив неизвестные колонии микробов в кишечнике латвийских рыбаков: наблюдайте, анализируйте, выдвигайте гипотезы, задавайте вопросы, экспериментируйте и делитесь своими идеями и выводами с разумными людьми.

Мыслить по-научному нетрудно. Это с успехом удается маленьким детям и пожилым людям. Вам не понадобится запоминать периодическую таблицу элементов или разбираться в квантовой физике, нужно лишь поддерживать в себе здоровый уровень любознательности и сомнений. Смело задавайте вопросы и требуйте доказательств, не спешите с выводами, пока не появятся для этого весьма надежные основания. И будьте готовы изменить свое мнение, если ваши умозаключения окажутся неверными.

К сожалению, людей, высказывающих нелепые, необоснованные утверждения, достаточно много. На их стороне зачастую общественное мнение, традиции и всегда манящий зов лени и мышления. Вы, быть может, думаете, что здравый смысл, законы природы, логика должны сдерживать этих людей, но они редко отягощают себя такими заботами, потому что их вотчина – фальшь и притворство, где правила придумываются или отменяются произвольным образом. Они могут также обманывать, взывая к вашим эмоциям и щекоча ваше мягкое подбрюшье. Они могут внушать вам, что их путь теплый, уютный, воодушевляющий и многозначительный, тогда как путь скептика – это холод, одиночество, скука и пустота. Не верьте этой лжи.

Решиться думать по-научному трудно, *делать* же это довольно легко. Принцип прост: «Сначала докажи, тогда поверю». Не принимайте ничего за истину, не подвергнув критике и анализу. Но имейте в виду: эта война – на всю жизнь, биться с врагом придется изо дня в день. Поток иррационально мыслящих людей с нелепыми идеями никогда не иссякнет. Не ждите, что наступит день, когда вы сможете заявить о своей окончательной победе и расслабиться, потому что обязательно неподалеку окажется некто желающий инфицировать ваш мозг какой-нибудь дребеденью. Не успеете вы скептически отринуть одну из этих надоедливых псевдоидей, как на ее место приходит десяток новых. Лишь только вы нейтрализуете одно необоснованное утверждение, как из его останков родятся два десятка

видоизмененных и таких же назойливых. Лучшее, что вы можете сделать в такой ситуации, – это всю жизнь держать оборону, отбивая нескончаемые атаки. И при этом должны сохранять позитивный настрой и чувство собственного достоинства. Не позволяйте себе злиться, обижаться на людей или отгораживаться от них. Если не считать отпетых лжецов и мошенников, большинство тех, кто верит во всякие глупости, являются жертвами своего собственного некритичного мышления. Презирать их, отворачиваться от них было бы деструктивно. Я пропагандирую скептицизм многие годы, мне приходилось иметь дело с самыми дикими безумствами, какие только можно вообразить, и все-таки без колебаний могу утверждать, что люблю людей, несмотря на то что они постоянно раздражают и разочаровывают меня.

Осторожность превыше всего

Итак, вы уже скептически и критически настроенный человек. Сознаете вы это или нет, но уже склонны все подвергать анализу. Дело в том, что в какой-то степени все мы скептики. Едва ли найдется человек, который действительно верит всему, что ему говорят. Например, если вам пытаются продать шоколадный батончик, с которого кто-то уже снял обертку, поэтому не известно даже, какой он марки, вряд ли вы без раздумий заплатите деньги и сунете шоколадку в рот. Даже если продавец уверяет вас, что это самый вкусный на свете батончик и что цена на него из разряда суперскидок, какие бывают только раз в жизни, вы же не станете платить деньги или кусать батончик, хотя бы немного не посомневавшись, верно? Если продавец не унимается и старается уломать вас баснями о необыкновенных свойствах батончика, гарантирующих очищение и омоложение вашей селезенки, вас все равно одолевают сомнения. Вы пытаетесь проанализировать, насколько утверждения об уникальной пользе шоколадного батончика соответствуют действительности, и задумываетесь над тем, почему в таком случае никогда раньше не слышали о таких батончиках. Вы стараетесь оценить, насколько это возможно, качество предлагаемого вам батончика. Он вскрыт. *Вы думаете о том, безопасно ли его есть.* Возможно, вам на ум приходит выражение «слишком хорошо, чтобы быть правдой». Вы размышляете о том, что сказал вам продавец, а также о том, нужно ли это вашей селезенке. Кроме того, вам наверняка захочется навести справки насчет характера и репутации продавца. Вы задаете себе примерно такие вопросы: что я вообще знаю об этом человеке; можно ли назвать его честным и заслуживающим доверия; откуда он знает про пользу для селезенки; не постигла ли кого-нибудь из его предыдущих покупателей смерть от пищевого отравления? Кто бы вы ни были и как бы сильно вам ни хотелось шоколада в данный момент, вы наверняка, прежде чем совершить покупку, зададите продавцу несколько прямых вопросов, касающихся непривлекательного вида батончика из-за отсутствия обертки, его таинственной марки, неправдоподобно низкой цены, а также лечебных свойств. Даже если вы очень голодны, скорее всего,

попросите сначала дать вам маленький кусочек батончика, чтобы понюхать его и попробовать на вкус, прежде чем покупать. Вот видите? Вы скептик. Вы мыслите так, как мыслят ученые. Но не ограничивайте свой скептицизм только отношениями с продавцами подозрительных шоколадных батончиков.

Никто из нас не станет автоматически верить, принимать, покупать любые продукты и любые идеи, которые нам пытаются всучить. Мы думаем. Задаем вопросы. Используем ресурсы своего мозга, чтобы он уберег нас от неудачных решений и не позволил соблазниться недостоверной информацией или откровенной ложью. Это и есть скептицизм в действии. Практически каждый человек способен стать скептиком, когда сталкивается с незнакомцем, который пытается продать ему какую-то подозрительную шоколадку. Но что же происходит, когда близкий друг, которому вы привыкли доверять, приглашает вас стать членом организации, которая обещает своим членам душевный покой и финансовое благополучие, а также просит за членство немалые взносы. Как вы отреагируете, когда человек, на которого вы за много лет привыкли смотреть снизу вверх, станет утверждать, что у него есть лекарство, которое обязательно вам поможет? Оно стоит всего лишь 99,99 доллара, совершенно «натуральное» и навредить вам никак не может. В такие минуты вы тоже способны скептически смотреть на вещи? Или что-то сбивает вас с пути? Именно так происходит с большинством людей. Они не станут покупать подержанный велосипед, не осмотрев его внимательно и не проехав на нем. Но они же могут не моргнув глазом купиться на сотню нелепых утверждений, единственным обоснованием которых служит некое смутное чувство или слово друга. Это случается изо дня в день. Но почему? Почему мы не проявляем скептицизма ко всему, не только к шоколадным батончикам и велосипедам, но также и к разного рода целебным снадобьям и гороскопам? Скептицизм – вещь слишком полезная и надежная, чтобы оставлять ее пылиться на полке. Пользоваться этим ценным оружием нужно повсюду и постоянно.

Что же такое скептицизм?

Прежде чем мы двинемся дальше, давайте разберемся в том, что, собственно, представляет собой скептицизм. Скептицизм и наука – это примерно одно и то же, работают они примерно одинаково. Быть скептиком – значит иметь здоровую дозу сомнений и вдоволь здравого смысла, чтобы с успехом отличать настоящее от поддельного. Нужно всего лишь думать и не позволять себе поверить, пока не появятся доказательства или хотя бы достойные основания для этого. Следует сохранять открытость ума, быть готовым и способным изменить свое мнение при появлении новых свидетельств и доказательств. Доказанное не остается верным вечно. Хороший скептик должен задуматься об источниках утверждений, которые ему пытаются внушить, о том, насколько вяжутся они с тем, что ему уже

известно о мире и людях.

Скептицизм – это наука в действии. Это научный процесс, модифицированный и персонифицированный, чтобы каждый человек мог извлекать из него пользу в повседневной жизни. Почему только ученым позволено мыслить правильно и рационально? Остальные имеют точно такое же право на это! Мой скептицизм – это некое персональное силовое поле, которое оберегает меня от непрошенных гостей. Это как кулак в боксерской перчатке, отбивающий плохие идеи, которые могут навредить мне. Кто бы не хотел иметь такое? Если силовое поле скептицизма заряжено и откалибровано правильно, всякие жулики, пройдохи и болтуны, пытающиеся убедить вас вступить в их клуб безумцев или купить барахло, которым они торгуют, будут держаться на почтительном расстоянии от вас. Натыкаясь на вашу защиту, они иногда будут вспыхивать, как назойливые мухи, попадающие в электрическую ловушку и сгорающие там. Большую часть времени, однако, все выглядит не так драматично. В большинстве случаев вы даже замечать не будете их жалкие попытки добраться до вас. Но если ваше защитное поле скептицизма слабое или время от времени выключается, то история может быть совсем другая. Безумные идеи проникают в ваш мозг и инфицируют его. Не следует недооценивать серьезность этой проблемы. Качество, сила, настойчивость скептического мышления оказывают непосредственное влияние на вашу безопасность, уровень вашего успеха и качество вашей жизни. Всеми силами старайтесь держаться подальше от плохих идей и людей, которые обязательно воспользуются малейшей проявленной вами слабостью. Это должно быть вашим главным приоритетом. Пусть нам не приходится сегодня бояться доисторических саблезубых тигров, но в хищниках, которые охотятся на нас, по-прежнему недостатка нет.

Ваш скептицизм может быть по своей природе чисто эгоистичным или строго гуманитарным. Дело ваше. Но в любом случае стать скептиком – мудрый выбор. Если вы хотите сделать мир лучше, безопаснее и разумнее, скептическое мышление поможет вам в этом. Но и эгоисту какой смысл тратить время на всякие безумные идеи, которые только и делают, что отвлекают его от самолюбования? Следуйте принципам скептицизма во имя человечества или сделайте это ради себя любимого, а на остальной мир чихайте. Если вы пока не знаете, к какому лагерю принадлежите, пусть это вас не беспокоит. Большинство хороших скептиков имеют в себе черты обеих категорий. По себе знаю.

Без выходов

Стоит скептику ослабить или снять защиту, как в ту же секунду он подвергается атакам со всех сторон. Переставая самостоятельно мыслить, беспрестанно анализировать происходящее и задавать нужные вопросы, вы даете зеленый свет всяким ложным идеям, которые тут же заполняют ваш

мозг, вашу святая святых. Все это очень серьезно, никто из нас не может чувствовать себя в безопасности. Миллионы людей страдают каждый день из-за недостатка скептицизма. Мы выбрасываем деньги на ветер, покупая бессмысленные идеи и бесполезные вещи, тратим драгоценные часы, дни, годы жизни на то, что гроша ломаного не стоит. Более того, слабость или непоследовательность скептицизма приводит многих людей к безвременной смерти, об этом будет сказано ниже в данной книге.

К сожалению, большинство людей отключают свой скептицизм именно тогда, когда особенно в нем нуждаются. Каждый человек может быть скептиком до определенной степени, но печальная реальность такова, что многие из нас оказываются не на высоте, когда это действительно имеет значение. Все мы нуждаемся, по-видимому, хотя бы в минимальных знаниях о природе критического мышления и в некоторой моральной поддержке. Потому-то я и написал данную книгу и делаю все, что в моих силах, для пропаганды науки и разума. Для меня это вопрос морали, причем весьма важный. Я не могу смотреть на это безумие, на все страдания, порождаемые слабостью скептицизма и неготовностью хоть что-то предпринять по этому поводу. Это гигантская проблема, которой не уделяют того внимания, какого она заслуживает. Например, вам вряд ли часто приходится встречать в средствах массовой информации отчеты о том, во сколько нам обходится в глобальном масштабе легковерность или в какой мере уровень насилия, бедности и смертности определяется неспособностью семьи и школы воспитывать критически мыслящих людей. Тем не менее, признаете вы это или нет, слабый и непоследовательный скептицизм, типичный для современных людей, является постоянным источником страданий для всего человечества. Это наносит вред людям, замедляет прогресс и подрывает экономические устои, но проблема не просто замалчивается, но даже никем не осознается.

Обещаю, что если вы потратите время на прочтение этой книги и начнете применять на практике то, чему научитесь, то обретете колоссальное преимущество перед большинством людей. Вы можете стать лидером, а не последователем. В то время как другие топчутся в потемках, высматривая призраков и монстров, которых им так и не суждено отыскать, вы думаете о том, как сделать дело. Совершаете настоящие открытия и получаете все, что вам понадобится для счастливой жизни, причем здесь, в реальном, а не в воображаемом мире. Вы тратите деньги на вещи, которые реально существуют, имеют смысл и работают. Не отягощенные весом множества заблуждений, вы можете уделять больше времени своей семье или друзьям либо помогать нуждающимся. Будучи хорошим скептиком, вы в состоянии использовать себе во благо все достижения науки и преимущества научного мышления. Стать скептиком легко, отдача будет огромная.

Не все ли равно?

Мы живем в необыкновенную эпоху удивительных электронных устройств, компьютеров, которые с каждым годом становятся все совершеннее. Есть даже космическая станция, которая летает над нашими головами со скоростью почти 28 тысяч километров в час. Вот уже больше десяти лет она постоянно населена людьми. Плацдарм, конечно, крошечный, но мы можем честно сказать, что представители рода человеческого живут не только на Земле, но и в космосе. Мы составляем карты геномов растений и животных, карты человеческого мозга, исследуем Марс при помощи роботов и с каждым днем узнаем все больше об окружающем нас мире микробов.

Не сомневаюсь, что все это вам известно. Но знаете ли вы, что тысячи «ведьм» каждый год выгоняют из дома, подвергают пыткам, а некоторых даже убивают? И это правда. В век науки миллионы людей все так же боятся колдовства и сглаза, как и в те времена, когда вся эта чепуха была придумана. Мы вроде бы давно покинули каменный век, но он остается в нас. На эту тему есть замечательная книга профессора психологии Хэнка Дэвиса под названием «Логика пещерного человека» («Caveman Logic»). Автор прав – образ мышления, присущий людям доисторических времен, благополучно дожил до XXI века. Если вы мыслите достаточно скептически, чтобы не бояться ведьм, пожалуйста, не усмехайтесь, ничего смешного здесь нет. Этот страх перед магией и невидимыми демонами, пробираясь в головы людей, превращает некоторых из них в убийц. Африканских «детей-колдунов», к примеру, местные христиане бьют, морят голодом, убивают и при этом считают, что всего лишь исполняют волю своего бога. Разъяренные толпы преследуют и убивают «ведьм» и «колдунов», что нередко происходит также и в сельских районах Индии. Когда людей лишают жизни за то, что они якобы обладают сверхъестественными способностями, существование которых никто не продемонстрировал и не доказал, это едва ли можно признать нормальным явлением. Как ненормально и то, что люди становятся убийцами только потому, что их не научили хоть немного подумать, прежде чем во что-либо поверить.

Недостаточный скептицизм мышления приводит также к тому, что огромное число людей страдают и/или умирают, бездумно доверяясь шарлатанам от медицины. Нет никаких сомнений в том, что многие сотни миллионов людей подверглись страданиям или ушли в мир иной раньше срока из-за того, что не оказались достаточно скептическими в вопросах, касавшихся их собственного здоровья или здоровья их детей.

Нет никакой возможности узнать, сколько денег было впустую растрачено людьми на спорные или заведомо ложные продукты и идеи за последние год, десятилетие или столетие. Подозреваю, что общая сумма исчисляется триллионами долларов. Мне всегда казалось странным то обстоятельство, что люди так тревожатся о деньгах, столько сил вкладывают в то, чтобы эти деньги заработать, а потом легко отдают их всяким

проходимцам.

Тайны вселенной

Прежде чем углубиться в изучение вопроса о том, что означает быть хорошим скептиком, давайте убедимся, что нам предельно ясен один важный момент. Тот скептицизм, который я пропагандирую в данной книге, имеет позитивную, конструктивную, оптимистическую природу. На мой взгляд, хороший скептик приобретает больше, чем теряет. Если вы, читатель, таковым станете, вам не придется жертвовать какими-то радостями бытия и довольствоваться серым и будничным существованием. Конечно, верить в такие вещи, как Бермудский треугольник, снежный человек, НЛО и экстрасенсорные способности, забавно. Но это сущая скука в сравнении с тем, что бывает в реальном мире. Астрология не способна тягаться с астрономией, но открыть это для себя может лишь тот, кто даст скептицизму и науке шанс. Недоказанные утверждения о якобы существующих экстрасенсах блекнут перед теми открытиями, которые делает в наши дни наука, изучающая мозг человека. В то время как шарлатаны утверждают, что могут силой мысли гнуть ложки, ученые научились двигать конечностями роботов силой мозговых импульсов. Смотреть в небо в надежде увидеть летающую тарелку, битком набитую инопланетянами, поначалу может быть интересно, но научные поиски внеземной жизни становятся все более увлекательными по мере совершенствования технологий и открытия новых планет, на которых могла бы развиваться жизнь. Оглянитесь на нашу историю. Чего удалось достигнуть магам? А вот ученые действительно делают многое из того, что обещают, но чего не способны воплотить в жизнь приверженцы всего сверхъестественного и паранормального.

Если кто-то внушает вам, что быть скептиком плохо, отойдите в сторону, чтобы не заразиться этой идеей. Скептицизм – лучшая диета для мозга. Весь ненужный балласт сгорает, и мозг превращается в ничем не отягощенную и отлично работающую мыслительную машину. Когда разум ни на что постороннее не реагирует, вы можете свободно перейти к открытию научных истин, которые только и ждут, когда их откроют. Скептицизм освобождает нас, чтобы мы могли посвятить себя реальным вещам и реальным людям. Те, кто пытается уверить вас, что скептики сплошь пессимисты и зануды, а научный процесс скучен и лишен радостей жизни, понятия не имеют, о чем говорят. Помогите им, если можете, увидеть свет, но, главное, не дайте им убедить вас.

Наука не стоит на месте, постоянно обнаруживаются какие-то удивительные вещи в окружающей нас Вселенной и в нас самих. Вы можете либо быть хорошим скептиком, высоко ценящим науку, либо тыкаться с закрытыми глазами и не видеть величайшего шоу, разворачивающегося перед вашим взором. Это никогда не было так важно, как сегодня, потому что сейчас вы рискуете пропустить гораздо больше, чем все люди, жившие

до нас. Представим, что в каком-нибудь 10000 году до н. э. люди приняли решение придерживаться магического образа мышления и не проявлять ни малейшего интереса к изучению того, что реально происходит в окружающем мире, как устроена наша Вселенная. Вряд ли они много потеряли, потому что научные знания в то время были весьма скудные. Наука как формализованный процесс тогда вообще не существовала. Не было ни микроскопов, ни телескопов, ни книг, документирующих и объясняющих многовековые наработки ученых. Однако, игнорируя или отвергая науку в наше время, человек фактически поворачивается спиной к колоссальным объемам интереснейшей информации. Между тем всякие мифы и фантазии, имитирующие действительность, отвлекают ваше внимание от важных вещей.

Чем глубже вы в эту тему погружаетесь, тем лучше понимаете, что наука гораздо интереснее, удивительнее, важнее любой паранормальной и сверхъестественной чепухи. Зачем довольствоваться пустыми утверждениями, которые не подкрепляются доказательствами, если наука уже нашла подтверждение великому множеству других невероятных идей? Миллионы людей утверждают, что паранормальная сила мысли способна передвигать предметы. Большое дело, сказать можно что угодно. Подождем радоваться: пусть сначала кто-нибудь докажет это утверждение. А пока ждем, может, поинтересуемся тем, как под действием природных сил движутся *целые континенты*? Ученые скопили немало доказательств этого явления, называемого тектоникой плит. Вы можете затаив дыхание следить за деятельностью так называемых криптозоологов, ищущих лохнесское чудовище, или сосредоточить внимание на деятельности настоящих ученых, которые постоянно обнаруживают новые формы жизни. По некоторым оценкам, еще около 100 миллионов видов растений и животных ждут, когда их откроют и дадут им названия. Кроме того, ученым надо выяснить, как эти новые виды соотносятся с уже существующими биологическими классификациями. Так что работы впереди полно, большой и маленькой. Мы еще только чуть-чуть поскребли поверхность Вселенной, нам еще многое предстоит узнать о природе атома. Так есть ли у нас время на магию, мифы и ложь?

Вы верите в привидения? Считаете их достаточно реальными и важными, чтобы тратить на них определенную часть вашей психической энергии? Если вам чужды эти заблуждения, наверняка у вас есть знакомые, которые в призраки верят. Разумеется, это их право. Тем не менее, полагаю, следует дать шанс науке. Я никогда не призываю людей *не* верить во что бы то ни было. Старый добрый метод маркетинга «заманить и подменить» является чрезвычайно действенным. Если вам нравится читать или слушать про привидения, я не возражаю. Даже могу рассказать историю про свой собственный дом с привидениями (см. главу 3). Однако в ходе нашей беседы я обязательно постараюсь заронить в вашу душу интерес к науке и к реальному миру. Например, почему бы не сделать шаг вперед, оставив

позади сказки о призраках, и не обратиться к концепции параллельных вселенных, которая представляется куда более вероятной? Утверждать что-либо пока, конечно, слишком рано, но, возможно, действительно существуют иные вселенные, населенные, условно говоря, нашими двойниками. Представьте, что некие существа населяют другие миры в иных измерениях где-то совсем рядом с нами. И не исключено, что одно из этих существ только что прошло сквозь вас. Такая возможность не кажется вам удивительной? Может быть, эта мысль побудит вас расширить горизонты мышления и постараться больше узнать о строении и поведении атомов. На атомном уровне реальный мир выглядит очень и очень странным. Например, благодаря науке мы знаем, что всякая материя, включая нас с вами, большей частью представляет собой пустое пространство. Мы вовсе не плотные тела, какими всегда представляли себя. Да что говорить, мы, пожалуй, и есть призраки! Практически вся масса (плотное вещество) атома приходится на его ядро. Но ядро это имеет крошечный размер в сравнении с размером целого атома. Если атом увеличить до размеров футбольного стадиона, то ядро будет иметь размер теннисного шарика, находящегося в самом центре поля. Орбиты внешних электронов при этом соответствовали бы самым верхним рядам трибун. А если всю пустоту из вашего тела выдавить, сжав вас до предела, то в сжатой, конденсированной форме вы были бы меньше рисового зернышка. (Однако это было бы очень плотное и весьма тяжеленькое рисовое зернышко.) Разумеется, это означает, что, когда в следующий раз кто-нибудь назовет вас пустоголовым, вы должны не обижаться, а, наоборот, похвалить своего обидчика за знание строения атомов. Но подождите, мы не закончили. Ученые ныне полагают, что все это пустое пространство в нас и во Вселенной может оказаться не совсем пустым. Иными словами, в пустоте *что-то* все-таки есть.

Разумно ли делать вывод, что иноземные космические корабли побывали на Земле? Нет, потому что, хоть это и может быть правдой, лучшее, на что может опереться сторонник такой точки зрения, – это ненадежные показания свидетелей, истории о тесных контактах и сомнительные фотографии (и видеозаписи) странных штуковин в небе. Но скептицизм в отношении НЛО не означает, что нет смысла всерьез задумываться над возможностью существования внеземной разумной жизни. Благодаря науке мы обладаем знаниями о том, как устойчива жизнь на нашей планете. Если представить огромное число потенциальных возможностей существования жизни в бескрайней Вселенной, появятся основания для того, чтобы проявлять к этому вопросу повышенный интерес. Отсутствие надежных доказательств означает, что *верить* в инопланетян, прилетающих или прилетавших на Землю, бессмысленно, но вот *думать*, что инопланетяне существуют, очень даже имеет смысл.

Скептическое мировоззрение не следует считать негативным, как бы ни пытались вас убедить в обратном поборники антинаучных или не подтверждаемых наукой идей. Скептику вовсе не чуждо все необыкновенное,

он тоже мечтает о великих свершениях. Надеяться и мечтать – естественное состояние человека. Скептик лишь стремится уравнивать мечты и надежды логикой и доказательствами. Если бы меня пригласили на радиопередачу с участием человека, который якобы был похищен инопланетянами, я бы не стал с порога осуждать его за то, что он верит в такую чушь и пропагандирует ее. Я не предпринимал бы попыток изгнать необоснованную идею из мозга человека, который в нее верит. Вместо этого попробовал бы предложить ему альтернативу, вкратце указал бы на проблемы, связанные с его голословными утверждениями, но большую часть выделенного мне времени потратил бы на то, чтобы поведать ему об исследованиях космоса и научных поисках внеземной жизни. Если бы мой рассказ вызвал у него интерес, его собственная история, возможно, перестала бы казаться ему такой уж впечатляющей.

Не осуждайте людей, которые заблуждаются

Некоторые из нас с трудом сдерживают эмоции, когда сталкиваются с тем, что кто-то верит в какую-нибудь чепуху, особенно если это чепуха деструктивная. Полагаю, нужно выступать против вздорной идеи, а не против ее носителей. Когда человек заболевает раком, мы же не человека клянем, а его болезнь. На мой взгляд, хороший скептик не должен слишком сурово и резко относиться к людям, придерживающимся убеждений, с которыми он не согласен. Не осуждайте, а старайтесь понять. Учите, а не ругайте. В конце концов, от заблуждений никто не застрахован. В молодости я одно время тоже верил, что сверхразумные инопланетяне давным-давно побывали на Земле и научили наших умственно отсталых пращуров рисовать на стенах пещер, строить пирамиды, чистить зубы и т. д. Я отнюдь не горжусь этим периодом своей жизни, но и не стыжусь его. Я всего лишь человек, а человеку свойственно ошибаться.

Скептик должен проявлять заботу по отношению к окружающим и быть готовым протянуть руку помощи, когда это возможно. Идет ли речь об Атлантиде, переселении душ или теориях заговора, я всегда ставлю перед собой цель просвещать людей, показать им, как легко проникнуться идеей хорошего рассказчика. Человек по своей природе склонен верить в неправдоподобные вещи. Мне не безразличен окружающий мир, поэтому я стараюсь сделать его по возможности безопаснее, уча людей остерегаться вредоносных глупостей. Разумный человек предпочтет не тратить время и энергию на идиотские мысли, если может их избежать. Проблема в том, что нужно уметь распознавать чепуху, которая рядится в тогу серьезных и разумных идей. Если вы хотите стать хорошим скептиком, просто помогайте другим распознавать всякие нелепости. Способствуя распространению скептицизма, вы будете способствовать позитивным изменениям во всех сферах жизни.

Способность мыслить скептически не зависит от возраста

Если вы намерены стать скептиком, то чем раньше вы это сделаете, тем лучше. Не откладывайте дело в долгий ящик. Вам нужно завести привычку более критично относиться к разного рода странным утверждениям и убеждениям, начните прямо сейчас. Не стесняйтесь задавать вопросы и требовать доказательств, не принимайте в качестве истины ничего экстраординарного. Ваш возраст не должен служить для вас оправданием. В молодости жизнь является не менее драгоценным достоянием, чем в зрелые годы. Не ждите, принимайтесь мыслить разумно и самостоятельно, потому что тратить время и энергию на всякую чепуху – непозволительная роскошь. Старайтесь выжать максимум из каждого мгновения бытия. Учитесь, творите, исследуйте, развлекайтесь с друзьями, любите свою семью. Не тратьте драгоценное время на всякие нелепые и не находящие подтверждения идеи. Думайте своей головой. Понятно, что юные и незрелые умы, еще не имеющие достаточного опыта, вынуждены полагаться на авторитет и знания старших. Но это не значит, что молодые люди не способны начать мыслить в значительной мере самостоятельно уже сейчас. Дети и подростки вовсе не должны быть роботами, чьи мысли полностью запрограммированы взрослыми, которые часто ошибаются. Каждому из нас нужно уметь правильно использовать собственный разум. Изменить образ мышления никогда не поздно. Но чем раньше вы это сделаете, тем лучше.

Разумеется, колоссальное влияние на нас оказывают родные, близкие, друзья, культура, но мы все же можем принять важнейшее решение думать своей головой и, уважая других, не верить слепо и безоговорочно всему, что окружающие пытаются вложить нам в уши. Можно понять некоторых молодых людей, которые считают, что скепсис в определенных обстоятельствах граничит с неуважением к старшим, особенно когда приходится противостоять любимым родителям или учителям. Такое действительно часто случается и вызывает беспокойство. Но имейте в виду, что помимо уважения к людям, умудренным жизненным опытом, есть еще и *самоуважение*. А скептическое мышление является высшей его формой, потому что означает, что вы заботитесь о качестве мыслей и убеждений, населяющих ваш мозг, от которых в значительной степени зависит, кто вы есть и кем станете.

Часто бывает так, что окружающие вас люди очень умны, любят вас и желают вам добра, но при этом заблуждаются в каких-то вещах. Если в существующих обстоятельствах вы опасаетесь открыто ставить под сомнение какие-то утверждения или идеи, тогда не делайте это открыто. Делайте это про себя. Быть скептиком и мыслить свободно, держа рот на замке, определенно лучше, чем не думать вовсе. Возможно, время от времени будет возникать ощущение одиночества, но вы справитесь с этим. А ваши мысли, если вы сами не захотите ими поделиться, не прочтает никто, даже ясновидящие.

Возьмите на себя ответственность за свой разум

Родители и учителя втолковывают детям и подросткам, как важно трудиться, учиться, хорошо себя вести, не нарушать законов, избегать наркотиков и алкоголя, быть честными и порядочными, соблюдать правила дорожного движения и т. д. Но берет ли кто-нибудь на себя труд разъяснить важность скептического мышления? Многие ли отцы находят время сесть со своими дочерьми и научить их интеллектуально противостоять необоснованным утверждениям всяких медиумов, шарлатанов и астрологов? Многие ли матери стараются объяснить сыновьям, что даже нормально работающий человеческий мозг может ошибаться, когда нужно отличить действительность от иллюзий и заблуждений? К сожалению, большинство детей вырастают и вступают во взрослую жизнь совершенно неподготовленными, неспособными дать отпор псевдонаучным идеям, а то и попросту лживым декларациям. Я вовсе не виню родителей и учителей. Их роль очень трудная и важная. Кроме того, часть вины с родителей снимает то обстоятельство, что им самим этого никто не объяснял, когда они были детьми, так что в большинстве своем они даже не знают о необходимости учить детей скептически мыслить или не представляют, как это сделать. У учителей тоже есть свои оправдания: зачастую им просто не позволено выходить за рамки стандартной учебной методики, в которой упор делается на запоминание и механическое повторение.

Если вы еще юны и не обладаете достаточным жизненным опытом, просто поверьте, что научный образ мышления очень важен, если вы хотите оградить себя от разного рода неприятностей и извлекать максимум пользы из всех своих начинаний. Поэтому не позволяйте себе сидеть и ждать, когда ваши родители, учителя или кто-то еще привьют вам привычку к скептицизму. Такого урока вы можете так никогда и не дожидаться. Необходимо самим об этом позаботиться. Это ваша жизнь, и прожить ее нужно разумно. Придерживайтесь скептического образа мышления и старайтесь изо всех сил не тратить драгоценные мгновения жизни на ложь и всякие иррациональные глупости. Конечно, ошибки на этом пути будут. В какие-то глупости вы обязательно поверите, это неизбежно, и даже лучшие скептики не избегают этого. Но все-таки старайтесь сводить ошибки к минимуму.

Совершенствуйте навыки критического мышления

Данная книга – хорошее начало пути к конструктивному скептицизму. Следуйте этим принципам каждый день. Нужно, чтобы научный образ мышления вошел в привычку, тогда вы будете критически воспринимать окружающую действительность. Добейтесь этого, и ваша жизнь бесповоротно изменится к лучшему. Никогда не забывайте, что ресурсы вашего мозга неистощимы. Это ваше достояние, ценность которого безмерна.

Мозг гораздо ценнее самой дорогой машины и самых роскошных бриллиантов. Сделайте же так, чтобы ваш разум работал на вас, а не против вас. Учиться нужно всю жизнь. Помните, что, если не совершенствовать навыки критического мышления, большую часть времени вы будете находиться в положении жертвы, даже не осознавая этого. Не замечая своих ошибок, вы будете думать, что продолжаете двигаться вперед. Приложите все силы к тому, чтобы превратить свой мозг в непобедимого воина, способного быть на страже вашей безопасности круглосуточно.

Фантазируйте и мечтайте

Не думайте, что быть хорошим скептиком – значит нетерпимо относиться ко всякого рода фантазиям, ненавидеть художественную литературу, бежать от всего, что может быть интерпретировано как фальшь и притворство. Скептицизм не ставит целью противодействовать вымыслу, тому, чего нет в действительности, он противостоит попыткам утверждать, что вымысел тождественен действительности. Фантазии – это здорово. Художественная литература, театр, кино – это замечательно. Мне было бы тоскливо жить в этом мире, если бы мои вечера не скрашивали вымышленные истории, рассказывать и слушать которые – в природе человека. Художественный вымысел сплачивает нас и помогает узнать важные вещи. Хорошие писатели талантливо соединяют в своих произведениях вымысел и правду, чтобы усилить идеи и уроки и сделать их запоминающимися. Лучшие художественные произведения уносят нас в мир фантазий, побуждают по-иному представлять себе реальный мир, а затем воодушевляют произвести в нем позитивные изменения. Страшные истории представляют собой психологические *парки развлечений* с захватывающими дух аттракционами, которые бросают нас в дрожь и щекочут глубины мозга, чтобы нас взбодрить и зарядить энергией.

Скептицизм не таит в себе угрозы или препятствия ничему из перечисленного. Я жесткий скептик, но это не мешает мне любить научно-фантастические книги и фильмы. Когда я закрываю глаза, то вижу машину времени у себя в гараже и роботов-терминаторов, уничтожающих людей на улицах. Я побывал на сотне планет и победил тысячу чудовищ – у себя в голове. Здесь нет никакого противоречия. Я знаю многих достойных уважения скептиков, которые с головой погружаются в фантазийный мир литературы, кино и видеоигр. Проблемы возникают только тогда, когда люди смешивают фантазии и реальность. Если вы четко осознаете, где заканчивается один мир и начинается другой, проблем быть не должно.

Наука и суеверия

Нам всем приходится делать выбор, как мы хотим прожить свою жизнь и как относиться ко всему тому, что встречается на нашем пути. Либо нас

привлекает все сверхъестественное и паранормальное, либо мы предпочитаем держаться как можно ближе к науке и реальности. Разумеется, не всегда мы выбираем только одно из двух. Многие люди мечутся между двумя вариантами. Однако осмелюсь утверждать, что быть сегодня преданным науке, чтобы завтра перевернуться на сторону предрассудков, не имеет никакого смысла. Вы должны определиться. Если научный метод является наилучшим способом отличить действительное от кажущегося и если вы намерены жить в согласии с законами действительности разумно, тогда какой смысл вам то и дело сходить с этого пути? Советую выбрать все-таки, какой вариант больше соответствует вашим интересам, и придерживаться его.

Итак, какой же путь ваш? Наука или магия? Астрономия или астрология? Альтернативная медицина или медицинская наука? Микробы или монстры? Кристаллы или кварки? Выбор между основанной на доказательствах наукой и магией, которая зиждется на вере, не должен быть слишком трудным. Нет нужды долго ломать голову. Просто задайте себе несколько вопросов: какой путь принесет мне больше пользы; какой путь является более надежным; какой путь показал себя в истории как более успешный? Возможно, определиться с выбором вам поможет следующий мысленный эксперимент.

- Вам нужно прямо сейчас поговорить с вашей бабушкой. Но она живет в двух тысячах миль от вас. Что же делать? Вы закроете глаза и станете повторять имя бабушки в надежде установить экстрасенсорную связь с ней или просто воспользуетесь достижением научно-технического прогресса, таким как телефон?

- Вы хотите летом съездить в отпуск на Гавайи. Вы попытаетесь попасть туда посредством астральной проекции или подниметесь на борт самолета, еще одного достижения научно-технического прогресса?

- Ваш лучший друг нечаянно порезал руку ножом и истекает кровью. Вы поспешите к знахарю, чтобы он молитвами и заговорами остановил кровь, или отвезете друга в больницу, чтобы ему оказали там надлежащую медицинскую помощь?

- Ребенок любит все, что связано с космосом, и мечтает об удивительных открытиях. Ко дню рождения вы хотите подарить ему что-то такое, что приблизит его к осуществлению этой мечты. Выберете ли вы книгу по астрологии или по астрономии?

Для каждого должно быть очевидно, что научные знания появляются не на пустом месте. Верить можно лишь тому, что подтверждено результатами исследований. Утверждения из области паранормального и сверхъестественного, как правило, беспочвенны. Наука же постоянно движется вперед. Оглянитесь вокруг, ведь современная цивилизация построена явно не на магии, а на фундаменте, который составляют достижения научно-технического прогресса.

Пожалуйста, не поймите меня превратно и не подумайте, что я считаю

науку совершенством и идеальным противовесом иррациональным верованиям. Наука – это не религиозная система и не система морали. Наука может быть плохой, очень плохой. Ученые порой ошибаются. Науку можно представить в качестве инструмента, который, как и любой другой, может использоваться не только в конструктивных, но и в разрушительных целях. Наука – это способ узнавать что-то новое об окружающем нас мире. Тем не менее она несовершенна, всегда имейте это в виду. Многое из того, что сегодня почитается за истину, завтра окажется чепухой и потребует исправления.

К тому же научные достижения помимо неоспоримой пользы наносят человечеству непоправимый вред. Мы с вами живем дольше и комфортабельнее по сравнению с нашими предками, но в то же время имеем огромный запас ядерного оружия, которое способно погубить миллионы людей и уничтожить цивилизацию менее чем за час. Сегодня наука предоставляет нам спасительные вакцины (что, кстати, тоже представляет собой предмет для дискуссии), а завтра создает химическое оружие. Наука может использоваться во благо и во зло, и только нам решать, на чем остановить свой выбор. Одно нельзя отрицать: научный метод эффективен, он работает. Но можно ли сказать то же самое о магическом мышлении?

Что хорошего приносят в мир суеверия? Плохое между тем отыскать нетрудно. Сверхъестественные и паранормальные идеи на протяжении веков влекут за собой чудовищные злоупотребления и эксплуатацию. За магическое мышление всегда приходилось платить высокую цену: от человеческих жертвоприношений и ужасов религиозного террора в эпоху Средневековья до триллионов долларов, которые люди с недоразвитым скептицизмом отдают всяким шарлатанам и мошенникам. Но что можно сказать позитивного? Есть люди, которые находят в выдумках и нелепицах надежду и ощущение умиротворенности. Но какой ценой? И единственный ли это источник утешения? Не думаю. Разве не могли бы те, кто черпает утешение в суевериях, обратиться за помощью к своей семье или друзьям? Во многих случаях суеверия оказываются барьером в отношениях между людьми. Шаманы и гуру, продающие воздух и называющие это магией, действительно могут принести утешение и успокоение кому-то в трудную минуту, но наверняка то же самое можно было бы найти в другом месте, если попытаться. Хороший скептик без труда найдет источник надежды и вдохновения, в трудное время всегда рад помощи окружающих. Мир, в котором царствует реализм, не лишен надежды.

Дело не в интеллекте

Многие люди полагают, что научный образ мышления в повседневной жизни требует наличия высокого уровня интеллекта. Это предположение не просто ошибочно; это деструктивное недоразумение, которое не позволяет порой критически воспринимать действительность. Для того чтобы стать

хорошим скептиком, вовсе не нужно быть гением. К тому же люди с высоким уровнем интеллекта иногда тоже клюют на всякую чепуху. Самый блестящий, самый одаренный мозг окажется неостребованным, если вы не умеете им пользоваться. Десяток солдат, вооруженных смертоносными портативными ракетными установками, *в потенциале* может быть непобедимым отрядом, но, если они не обучены или боятся должным образом использовать свое оружие, один воин, вооруженный арбалетом и умеющий им пользоваться, легко с ними справится.

Таким образом, развитый интеллект все-таки не является самым важным фактором, помогающим вам защититься от всякой бессмыслицы и лжи. Я знал очень умного человека, который был убежден в существовании передовых в технологическом плане больших секретных городов, прячущихся под землей, под контролем которых находится все, что происходит на поверхности. Эта идея кажется идиотской, но этот человек идиотом не был. Многие люди, имеющие докторские и иные ученые степени, верят порой в такую чушь, какую легко разнес бы в пух и прах школьник, мыслящий скептически. Мой сын-подросток в плане скептицизма заткнет за пояс 75 процентов моих однокурсников, среди которых несколько в прошлом круглых отличников. Когда-то я работал с очень образованной женщиной, которую многие называли бы умницей. Однако она безоговорочно верила в то, что некая русская девушка обладает рентгеновским зрением и способна видеть людей насквозь в самом буквальном смысле. Когда-то она прочитала об этом феномене и сразу заглотила наживку. Правдивость этих утверждений легко можно было бы проверить в ходе заслуживающего доверия научного тестирования. Но такой проверки не проводилось, так что верить в подобные заявления никаких оснований не было. Моя коллега обладала высоким уровнем интеллекта, но низким уровнем скептического мышления. Это довольно распространенное сочетание в наши дни. Она достигла в своей сфере деятельности несомненных успехов, но в школе и вузе ее учили тому, *о чем думать*, а не тому, *как мыслить*.

В истории можно найти немало примеров очень умных людей, которые верили в очевидно глупые вещи. Сегодня Исаака Ньютона считают едва ли не величайшим ученым всех времен. И с этим трудно спорить. Живший в XVII веке Ньютон изобрел дифференциальное исчисление и разгадал загадку движения звезд и планет по небесной сфере. Но не все свое время он отдавал работе, которая прославила его. Этот гений посвящал немало времени и энергии христианской концепции апокалипсиса. Он всерьез верил в возможность рассчитать дату судного дня и даже получил результат. (Не планируйте никаких важных дел на 2060 год.) Ньютон был великим математиком, но не хорошим скептиком. Будь он более скептическим, быстро понял бы, что ему лучше было бы тратить силы и время на что-нибудь другое. Разумеется, мы можем оправдать его тем, что времена были другие, но невольно думаем о том, каких еще великих успехов достиг бы этот ученый, если бы его мозг был огражден от всяких глупостей защитным

полем скептицизма. Что же касается настоящего времени, возникает вопрос: сколько еще великого могло бы произойти в науке и в мире, если бы самые светлые умы не отвлекались на всякие суеверия, от которых легко могло бы их защитить скептическое мышление?

Как вы думаете, почему профессиональные астрономы не тратят время на астрологию и НЛО? Причина в том, что они достаточно хорошие скептики, чтобы понимать, что их усилия принесут больше полезных результатов, если они будут заниматься чем-нибудь другим, а не пытаться вычислять степень влияния Юпитера на людей, рожденных в сентябре, или ломать голову над вопросом, выжила ли команда розуэлльского НЛО. В этом есть бесценный урок жизни для вас. Часто говорят, что упорный труд является ключом к успеху, но мало кто поясняет, что это лишь один из факторов, способствующих его достижению. Очень важно также, на что направлены ваши усилия. Вы можете трудиться без выходных год за годом, но если все это делается ради того, чтобы доказать существование привидений, то, вероятно, зря затрачиваются время и силы, потому что скептики раз разом убедительно показывают, что сколько-нибудь удовлетворительных доказательств существования призраков нет, а значит, нет и никаких оснований в них верить. Можно без всякой натяжки предположить, к примеру, что самый трудолюбивый экстрасенс в меньшей степени помог людям разобраться в природе человеческого мозга, чем одна лекция, прочитанная выбранным наугад профессором психологии в любом из университетов.

Конечно, человека невозможно ограничить в его любознательности. *Всё* достойно осмысления, потому что никогда не знаешь, какие новые открытия можно сделать, поднявшись на новый уровень понимания. Я вовсе не выступаю против охотников за привидениями и не требую объявить вне закона тех, кто наблюдает за НЛО. Люди вольны думать обо всем, что им заблагорассудится, и делать то, что им интересно. Однако в ваших интересах быть рассудительными и рациональными, когда вы принимаете решение о том, на что вам потратить такой ценный и ограниченный ресурс, как время. Например, снежный человек (йети) может оказаться реально существующим, это действительно возможно, поэтому в принципе вы могли бы посвятить свою карьеру поискам этого существа. Но если ваша мечта и страсть – обнаружение новых видов флоры и фауны, то было бы более целесообразно попытаться поискать неизвестных науке членистоногих или микробов в глубоких пещерах или тихоокеанских впадинах, нежели охотиться за гигантским приматом в горах Тибета. Простейший скептический анализ теорий существования снежного человека и обзор всех имеющихся свидетельств в пользу этих теорий ясно дают понять, что поиски в этом направлении являются, мягко говоря, наименее перспективными. В то же время опыт подсказывает, что вероятность обнаружить несколько новых видов членистоногих и микробов, если искать в подходящей для них среде обитания, достаточно велика.

Скептик готов к любым испытаниям

Надеюсь, что молодым людям особенно воодушевляющим покажется тот факт, что можно не переворачивать гору литературы и не учиться в аспирантуре, чтобы стать хорошим скептиком, которого не обманут фальшивые речи и безумные идеи. Разумеется, знание всех имеющих отношение к делу фактов и наличие общего представления об устройстве Вселенной помогают разобраться во многих суевериях. Читать, учиться, исследовать важно, но приверженность скептическому образу мышления гораздо важнее. Нужно иметь не только волю и готовность задавать необходимые вопросы, но и мужество, чтобы уйти, если ответы окажутся неудовлетворительными. Не позволяйте себе верить во что-либо, не имея точных сведений о нем. Скептическое мышление приносит пользу даже в том случае, если вы знаете мало или не знаете вовсе ничего о том, что вам пытаются внушить. Например, сегодня на рынке существует множество странных продуктов, методов, устройств, имеющих отношение к альтернативной медицине и снижению веса. За всеми даже не уследишь, но это не имеет значения. Если кто-то пытается всучить мне то, о чем я никогда раньше не слыхивал, скажем, какие-нибудь таблетки, «гарантирующие предупреждение и излечение рака», я всегда знаю, что мне надо спросить и на что обратить внимание, потому что я хороший скептик. Мне не надо быть экспертом-фармацевтом и знать химический состав предлагаемых таблеток, чтобы разумным образом отреагировать на сделанное предложение. Обратите внимание на то, что я мог бы сказать продавцу таблеток.

Предупреждение и излечение рака? Ого, это, должно быть, воистину чудодейственные таблетки. Кстати, какое у вас медицинское образование?

Какой вы счастливеец! Ведь если эти таблетки действительно эффективны, это означает, что вы ежегодно спасаете миллионы страждущих. Вы обречены стать одним из самых богатых и знаменитых людей в мире, одним из величайших ученых в истории. Во всяком случае, Нобелевская премия в области медицины вам гарантирована. Как вы, наверное, были рады, когда были опубликованы положительные результаты испытаний!

Ведь научные испытания по двойному слепому методу проводились, не так ли? [Двойной слепой метод – это когда ни ученые, ни испытуемые не знают, что получает данный конкретный пациент – исследуемый препарат или плацебо. Это позволяет не допустить искажений.] И результаты, разумеется, опубликованы в одном из уважаемых научных журналов?

Не понимаю, почему вы не проводили должны

испытания или не опубликовали результаты в журнале? Разве это не обязательно должно быть сделано, прежде чем продавать лекарства людям? Тогда откуда мы можем знать, что эти таблетки действительно эффективны, а не являются очередным предложением шарлатанов?

Не уходите от темы, мой друг. Зачем вы вдруг стали рассказывать мне истории о случайных людях, которые принимали эти таблетки и стали лучше себя чувствовать? Вы ведь знаете, что эти ваши слова не являются доказательствами. Даже о самых худших, самых неэффективных лекарствах можно сказать, что нескольким людям они помогли.

Эй, подождите. Куда же вы? Ну ладно, рад был пообщаться. Возвращайтесь, пожалуйста, когда сможете доказать, что эти таблетки действительно работают.

Способность хорошего скептика бросить обоснованный вызов практически любому необоснованному утверждению, если вдуматься, выглядит удивительной. Не нужно быть специалистом в обсуждаемых вопросах, чтобы выстроить надежную оборону от любых пустых и невероятных обещаний и утверждений. Я в одиночку могу дискутировать с любой компанией оппонентов, пытающихся убедить меня в реальности каких-то странных вещей. Мне совсем не нужно быть умнее их всех или даже иметь больше информации о предмете обсуждения. Нужно лишь быть хорошим скептиком. Меня часто приглашают участвовать в радиопрограммах, где надо отвечать на вопросы звонящих. Там никогда не знаешь, на какую тему будет очередной звонок. Люди спрашивают обо всем на свете: от НЛО и мистификации полета на Луну до лаэтрила и Атлантиды. Думаю, до сих пор мне удавалось достаточно уверенно справляться с любыми такими вопросами. Сильное скептическое ядро позволяет каждому человеку преодолеть любое испытание и хорошо чувствовать себя в диком, темном лесу экстраординарных и недоказанных идей. Все дело в образе мышления. Важно не то, сколько вы знаете, а то, как своими знаниями распоряжаетесь.

Никогда не сдавайтесь!

Чтобы стать хорошим скептиком, надо дать себе обещание никогда не быть легкой жертвой. Иногда имеет смысл относиться к этому как к войне, которая ведется не против людей, а против идей. Скажите себе, что вы никогда не сдадитесь без боя, если кто-то пытается заставить вас поверить в какие-то странные вещи, не подкрепляемые надежными доказательствами. Некоторые люди испытывают странный энтузиазм, проповедуя всякие иррациональные суеверия. Они стараются изо всех сил, напоминая голодных

зомби, стучащихся в каждую дверь в поисках очередной жертвы. Их цель – ввести вас в их бессмертный легион бездумных людей. Не дайте этому случиться. Не позволяйте им сделать это. Пусть они с их безумными идеями расшибятся о ваше силовое поле. Впихните их вместе с идеями в мясорубку научного процесса, и посмотрим, как они это выдержат. Задавайте правильные вопросы и требуйте доказательств. Всегда заступайтесь за себя и отстаивайте свои убеждения. Думайте своей головой. И ни в коем случае не впускайте нелепые идеи в свой разум!

Зеленый тролль в красном платье

Столкнувшись с идеей, которая кажется слишком странной, важно иметь в виду сказанную известным астрономом Карлом Саганом простую фразу: «Экстраординарные заявления требуют экстраординарных доказательств». В отдельных случаях это правило поможет вам не только сэкономить силы и время, но также избежать попадания в неловкую ситуацию, а то и жизнь спасти. В данной фразе из пяти слов заключена огромная сила, достаточная для уничтожения драконов и отпугивания мошенников и безумцев.

Чтобы привести этот принцип в действие, первым делом нужно оценить масштабность самого заявления, чтобы определить, насколько веские доказательства потребуются вам, дабы признать достоверность утверждения. При этом нужна лишь общая оценка. Нет смысла требовать горы доказательств для любого высказывания, в котором теоретически можно усомниться. Это потребовало бы слишком много времени и убило бы сам процесс общения. Например, если я без всякой видимой причины скажу вам, что вчера видел, как мимо моего дома проехала синяя машина, вы имеете полное право поверить мне. В моем утверждении нет ничего необычного. На свете миллионы синих машин. Вполне может стать, что я видел одну из них. И что из того, если я видел? Я же не предлагаю вам участвовать в еженедельных совещаниях наблюдателей за синими машинами или сделать пожертвование в фонд синих автомобилей Америки. Так что вы ничем не рискуете, просто поверив мне на слово. А если я сделаю заявление совсем другого рода, например скажу вам, что видел вчера летающего над моим домом зеленого крылатого тролля, одетого во все красное и игравшего на инкрустированной бриллиантами гармошке американский гимн? Вы и сейчас готовы поверить мне на слово? А что, если я скажу также, что этот самый тролль отчаянно нуждается в деньгах, ему нужно для жизни 100 долларов в неделю, а мне поручено собрать деньги в его пользу? Надеюсь, вы не поверите в эту историю, не попросив меня потрудиться представить дополнительные доказательства помимо моего честного слова? Заявление, сделанное мною, явно относится к разряду экстраординарных, поэтому и доказательства нужны экстраординарные, верно?

Нет нужды опровергать мою историю про тролля, ведь нельзя

утверждать с абсолютной уверенностью, что зеленых крылатых троллей нет в природе. Может, они и существуют, а если это так, то не стоит рисковать и утверждать, что деньги им не нужны. Мы не можем даже знать наверняка, идет ли им красный цвет. Но это нормально. В такой ситуации сомнений вполне достаточно. Хороший скептик не может все знать и вовсе не должен опровергать любые заявления, которые вызывают у него сомнения.

Бремя доказательства сделанных мною заявлений лежит на мне. Если я хочу, чтобы здравомыслящие люди поверили моей истории про тролля, придется представить тонны солидных доказательств. С другой стороны, если я приложу некоторые усилия, то наверняка найду хотя бы несколько человек со слабо развитым скептицизмом, которые поверят в историю про тролля в красном платье, причем безо всяких доказательств. Сомневаетесь?

Скептицизм уместен всегда

Если кто-то скажет вам, что у него есть машина времени (заявление, согласимся, экстраординарное), ваша просьба представить доказательства будет выглядеть более чем уместной. Не болтовню, не анекдоты, не занимательные истории, не интригующие обещания, а именно доказательства, убедительные и желательно неопровержимые. Но о каких таких доказательствах мы, скептики, постоянно ведем речь? Что под этим понимается? Да все что угодно, лишь бы подтверждало сделанное заявление. Формы доказательств могут быть самыми разными: от фотографий до пучка волос или свидетельских показаний. Однако не все доказательства равнозначны. Среди них есть настолько слабые, что их как будто бы и нет, а есть настолько сильные, что других и не надо. И все же одно правило остается в силе: чем более экстраординарным является утверждение, тем более экстраординарными должны быть доказательства.

Если бы мне кто-то сказал, что у него есть машина времени, я попросил бы этого человека привезти из далекого прошлого детеныша трицератопса или отправиться на несколько столетий в будущее и раздобыть препараты, излечивающие рак и малярию. Разумеется, даже такие доказательства неопровержимыми назвать нельзя. Может быть, детеныш трицератопса получен в результате успешного клонирования ДНК, добытой из окаменелых останков, а лекарства от рака и малярии этот человек сумел получить уже в наше время и лжет, говоря, что привез их из будущего? Между тем раздобыть такого рода доказательства без использования машины времени было бы весьма затруднительно, поэтому утверждение о существовании машины времени следует признать заслуживающим большего доверия и дальнейшего исследования. Вот если бы предполагаемый путешественник во времени представил в качестве доказательства письмо-воззвание от жителей XXIV столетия, где они призывают нас охранять окружающую среду и жить в мире и согласии, я бы только зевнул. Это вовсе не доказательство. Хуже того, наш предполагаемый путешественник может заявить, что вовсе не

обязан ничего доказывать. Дескать, я оскорбляю его своим недоверием и должен просто поверить ему на слово (и, кстати, ему очень нужны деньги для поддержания машины времени в надлежащем состоянии и продолжения путешествий во времени). В такой момент хороший скептик попросту улыбается и теряет интерес к беседе.

Читайте между строк

Критически размышляя о каких-то экстраординарных вещах, всегда следует держать в голове общую картину происходящего. Не позволяйте нелепым суевериям пробраться в ваше сознание под прикрытием лживой оболочки, которая внешне придает им больше достоверности. Вот типичный пример: «Как всем известно, много кораблей и самолетов таинственным и необъяснимым образом пропадает в зоне, называемой Бермудским треугольником. Следовательно, паранормальные факторы там наверняка играют весомую роль».

Никогда не забывайте о том, что критического разбора требуют *все* детали экстраординарного заявления. Забудем на мгновение о возможности или невозможности воздействия сверхъестественных факторов в зоне Бермудского треугольника. В первую очередь должен возникнуть вопрос: насколько много кораблей и самолетов необъяснимым образом пропадает в Бермудском треугольнике? За справкой можно обратиться к людям, которые знают о происходящем в данной зоне не понаслышке, потому что следить за этим – их непосредственная обязанность. Речь идет об американском военно-морском флоте и береговой охране. (Я так и сделал, подробности см. в главе 3.) Можно также поставить под сомнение само существование Бермудского треугольника. Только то, что люди говорят о нем, и то, что ушлые тележурналисты снимают о нем сомнительного качества «документальные» фильмы, еще не означает, что он действительно существует. Знаете ли вы, что никаких сколько-нибудь напоминающих треугольник зон или территорий на географических картах (как общегражданских, так и военных) нет? И никакого согласования границ территории так называемого Бермудского треугольника между серьезными картографами и учеными нет и никогда не было.

Продавцы суеверий любят также придать своим измышлениям форму весьма правдоподобных высказываний, основное утверждение, таким образом, остается недоказанным, но в общем и целом все выглядит очень солидно. Такие вербальные фокусы весьма распространены, так что остерегайтесь их. Если утверждение X очевидным образом верное и кто-то присовокупляет его к утверждению Y, чтобы прийти к выводу Z, тогда нам нужно для начала удостовериться в том, что утверждения X и Y связаны между собой. Как я постоянно твержу своим детям, даже самая маленькая ошибка в длинной цепочке математических выкладок неизбежно приводит к неверному ответу. Ошибки недопустимы на любом этапе, это в равной

степени относится к математике и скептицизму.

Многие приверженцы паранормальных суеверий имеют привычку искажать действительность, чтобы сделать свои идеи более правдоподобными. Не позволяйте им этого. Когда кто-нибудь говорит, что *все* согласны с его утверждением, остановитесь и задайте себе вопрос, правда ли это. Так уж и все. Сомневаюсь. Когда в вашем присутствии говорят «доказано», «выяснилось» и т. д., обязательно поинтересуйтесь, кем что доказано и кто что выяснил, прежде чем выражать восторг по этому поводу.

Не дайте ввести себя в заблуждение неустойчивым скептикам. Многие из тех, кто охотно платит шарлатанам от медицины, отвергают как ни на чем не основанную идею ясновидения (или наоборот). Я знал человека, который смеялся над приверженцами теории «лунного заговора», но при этом свято верил в то, что американские власти восстанавливали и испытывали захваченные космические корабли пришельцев в Зоне 51. Старайтесь уделять внимание деталям и помните, что ни один человек не бывает всегда прав во всем.

Кроме того, никогда не позволяйте рассказчику усугублять одну невероятную историю другими невероятными происшествиями в попытке ошеломить вас и подавить волю к сопротивлению самим объемом информации и аргументации. Второстепенные необоснованные утверждения зачастую используются для создания впечатления, что сама масса аргументов придает убедительность декларируемым словам. Разбирайтесь по пунктам. Останавливайте говорящего и просите его привести доказательства очередного аргумента. Например, если бы кто-то пытался утверждать, что невидимые лучи, идущие с Луны, оказывают существенное влияние на способность медиумов разговаривать с умершими, я бы отреагировал так: «До медиумов мы еще доберемся, но сначала расскажите-ка мне об этих невидимых лунных лучах. Что за лучи такие? В НАСА о них знают? Нет? А почему?»

Если бы кто-то сказал мне, ссылаясь на ясновидящих, что гороскопы по четвергам оказываются более точными, нежели по понедельникам, я бы попросил говорящего объяснить, почему ясновидящих следует считать надежным источником информации, прежде чем заводить увлекательный разговор о гороскопах.

Требуйте доказательств

Когда вам говорят, что в доказательствах нужды нет, или принижают их важность, воспринимайте это как предупреждающий знак. «Достаточно поверить», – говорят вам. Когда вы слышите такое, тут же включайте охранную сигнализацию и опускайте забрало. Не поддавайтесь, когда вам со всех сторон внушают, насколько позитивен и надежен какой-нибудь конкретный источник. Вера – это когда вы делаете вид, что знаете, в то время

как на самом деле не знаете. Это даже хуже, чем ложное мышление, это антимышление. Вера как способ в чем-то разобраться, прийти к какому-то выводу и обосновать свою позицию чем-то противоположна научному образу мышления. Если вы будете следовать этому методу, в результате вам придется просто всему верить.

Проблема для тех, кто считает, что, имея дело с экстраординарными утверждениями, достаточно простой веры, заключается в следующем: непонятно, где провести черту, в каких именно случаях следует отринуть всякую логику и аргументацию и просто положиться на веру. Если я решу просто принять на веру заявления какого-нибудь астролога или пророка, предсказывающего конец света, должен ли я точно так же поверить в реальное существование горгулий и фей? Следует ли мне принимать на веру слова медиумов, утверждающих, что они общаются с умершими, хотя доказать этого не могут? Разница-то какая? Если я слепо верю во что-то одно, тогда почему не во все остальное?

Будьте доброжелательны

При обсуждении экстраординарных идей советую дружелюбно относиться к людям, которые в эти идеи верят, так будет лучше для всех. В то же время вы должны отстаивать свою точку зрения и удерживать разговор в русле честности и реализма. Многие из тех, кто склонен верить во всякие странные вещи, то и дело уносятся мыслями в мир фантазий и пытаются утащить за собой всех остальных. Как правило, они делают это совершенно бессознательно, даже одно это извиняет их в моих глазах. Сколь бы необычными ни были идеи, возникающие в процессе общения, я никогда не предполагаю изначально, что собеседник пытается обмануть меня или что он безнадежно глуп. Может быть, он просто не понимает, в какой степени его рассуждения попирают логику и здравый смысл. Не исключено, что он просто не задумывался по-настоящему над этими вопросами, а лишь порхает по поверхности. Возможно, он жаждет популярности и желает завоевать ее любой ценой, пусть даже ценой бессмысленных речей, лишь бы не оставаться молча в тени. Какими бы ни были эти причины, хороший скептик должен уметь держать оборону и отстаивать здравый смысл.

Помните, что это вовсе не грубость, когда вы просите человека объяснить, защитить, доказать свою точку зрения, прежде чем согласитесь с нею. Если кто-то верит, что конец света не за горами, я не пойду домой к этому человеку, не стану стучаться в его дверь, требуя доказательств скорого наступления судного дня. Но если люди приходят ко мне и утверждают, что скоро миру настанет конец, то у меня есть все основания потребовать от них объяснений. Я могу задать вопросы, которые считаю нужными, попросить представить доказательства, которые устроят меня. Нет и не может быть ничего плохого или невежливого в скептическом отношении к каким-то экстраординарным и в то же время важным заявлениям, и вы всегда вправе

дать отпор таким заявлениям, когда их делают в вашем присутствии. Если окружающие свято верят в какую-то идею, это вовсе не означает, что вы должны перестать думать своей головой. Кроме того, если эта идея не выдерживает никакой критики, вы окажете окружающим услугу, показав им, как можно переосмыслить то, во что они бездумно верят, и пересмотреть свою точку зрения. Ну а если суеверие идет во вред кому-нибудь, то разоблачить его – ваш прямой долг, делать это нужно без оглядки на ситуацию. Иногда имеет смысл напоминать сторонникам какой-то идеи о том, что, если их идея верна, скептицизма им бояться нечего. Если люди отказываются критически проанализировать предмет своей веры, укажите им на это. *Ведь им нечего бояться, если таким важным и, конечно же, истинным они считают какое-то конкретное утверждение, не так ли?*

Вряд ли вам хочется выглядеть грубым и резким, поэтому старайтесь смягчить свой скептицизм. Можно даже ничего не утверждать. Просто задавайте вопросы, это порой творит чудеса. Когда вы буквально заваливаете оппонента фактами, заявлениями и обвинениями, это может восприниматься как злонамеренная агрессия. Вопросы же придают диалогу больше мягкости. В качестве иллюстраций ниже приводятся примеры диалога между человеком, который во что-то верит, и скептиком.

«Удивительное дело, насколько точным оказался мой сегодняшний гороскоп!» – «Но насколько конкретным был гороскоп? И не могло ли “попадание” оказаться совпадением? А как быть со всеми теми случаями, когда гороскоп ошибался? Несколько точных попаданий на фоне тысяч, а то и миллионов промахов ничего ведь не доказывает, верно? Кстати, на каких принципах построена астрология? Может быть, нужно брать в расчет гравитацию? В таком случае каким именно образом гравитация планет или звезд способна повлиять на карьеру и личную жизнь человека?»

«Ого, этой ясновидящей известно так много обо мне!» – «А вы уверены, что она действительно знала какие-то ваши уникальные черты? Может быть, она просто высказывала различные догадки и прочитывала ваши вербальные и физические реакции на них? Нельзя ли предположить, что вам запомнились только те несколько догадок, которые попали в цель, а остальные, гораздо более многочисленные, остались без внимания?»

«Это чудо, что я пережила рак». – «Я рад вашему выздоровлению, но уверены ли вы, что здесь можно говорить о чуде как о чем-то сверхъестественном? Может быть, это заслуга врача, который лечил вас? Вы перенесли химиотерапию, применялись также и другие методы лечения, не так ли? Миллионы онкологических больных выживают.

Следует ли каждый такой случай называть чудом?»

«Мой вчерашний сон сбылся». – «Сколько снов видят люди во всем мире в течение года? Много, правда? Счет идет на сотни миллиардов. Поэтому не представляется ли вполне естественным, что из всех этих снов многие тысячи более или менее точно совпадают с будущими событиями просто случайным образом? Кроме того, не существует ли возможность, что ваш сон повлиял на ваше поведение и вы бессознательно или осознанно сделали так, чтобы он сбылся?»

«Прошлой ночью я видела призрака». – «Откуда вы знаете, что это был призрак? Может быть, имеет место какой-то феномен, который был неправильно воспринят и истолкован вашим мозгом? Не было ли это плодом вашего воображения? Иногда умный и психически здоровый человек видит то, чего нет. Это совершенно нормально. Такое случается сплошь и рядом. Учитывая особенности функционирования человеческого мозга, было бы неразумно полностью доверяться свидетельским показаниям и даже своим собственным глазам, когда речь идет о таких важных или экстраординарных вещах, как убийство или встреча с привидением. А что, если бы я сказал вам, что вчера в торговом центре видел Элвиса? Вы бы поверили мне? А почему нет?»

«Чайная ложка натурального экстракта жареных сосков гофера вылечила меня от гриппа». – «М-м-м, звучит аппетитно, но как вы можете быть уверены, что именно излечило вас от гриппа? Может быть, просто защитные силы вашего организма сделали свое дело с течением времени? Я сам болел гриппом и выздоровел, несмотря на тот факт, что ни жареных сосков гофера, ни каких-либо других препаратов альтернативной медицины не принимал».

Подведем итоги

Люди, которые пытаются убедить вас в том, что скептицизм является негативным, пессимистичным или деструктивным образом мышления, либо совершенно не понимают предмета, о котором говорят, либо лгут, надеясь внушить вам нечто иное, не соответствующее вашим потребностям. Скептицизм позитивен, оптимистичен, конструктивен. Это бесценное оборонительное оружие, его нужно всегда иметь в своем арсенале и пользоваться им изо дня в день. Если кому и нет нужды быть хорошим скептиком, так это тому, у кого в глубине души тлеет желание быть жертвой, обманутым, вхолостую тратить время и деньги, а может быть, даже ни за что ни про что рисковать собственной жизнью. Для остальных причины быть

хорошими скептиками достаточно очевидны. Приведем три самые главные из них.

1. В мире полно бесчестных людей, которые стараются выманить у вас деньги, внушая вам идеи, которые, скорее всего, являются ложными, потому что доказательств в пользу их истинности нет или почти нет.

2. Благодаря науке мы теперь более чем достаточно знаем об устройстве и функциях человеческого мозга, чтобы понимать, что нам надо быть очень и очень осторожными и осмотрительными, отграничивая правду ото лжи, реальное от нереального. Ваш собственный мозг может и обязательно будет обманывать вас разными способами и в разные моменты вашей жизни. Быть хорошим скептиком – это единственная возможность свести к минимуму вред от этих случаев самообмана.

3. Быть умным – не значит быть избавленным от рисков и опасностей. Думать, что высокий уровень интеллекта убережет вас от всяких глупых заблуждений и умных мошенников, – опасная западня. Одна из главных идей этой книги состоит в том, что мы все уязвимы, никто не может чувствовать себя в безопасности. Высокомерие – прямая дорога в объятия тех, кто распространяет всякий иррациональный вздор. Мы должны быть настороже *постоянно*. Многие ложные утверждения маскируются и упаковываются таким образом, чтобы разумные люди видели в них свет истины. А некоторые специально ориентированы на людей с исключительно высоким уровнем интеллекта. Хуже того, очень часто источниками всяких бредовых идей и лживых утверждений оказываются люди, которых мы любим, которым привыкли доверять. Хорошие скептики знают, что должны быть всегда готовы думать головой, с кем бы они ни общались.

Вы вольны сначала верить и только потом думать, если вам так угодно. Но знайте, что такая установка подвергает вас ненужному риску. Вы можете оказаться легкой мишенью для тех, кто хотел бы набить ваши мозги всякой чепухой, а карманы, наоборот, опустошить. Они будут приходить за вами снова и снова, бомбардируя вас все новым и новым вздором и обманом. Защитить вас от этих атак способно только силовое поле скептицизма. Не ослабляйте оборону ни на секунду.

Резюме

- Слаборазвитый скептицизм является, пожалуй, самой серьезной, но недооцениваемой формой глобального кризиса. Каждый день люди тратят массу времени, выбрасывают на ветер деньги, страдают и умирают из-за неспособности мыслить по-научному.

- Качество, сила и постоянство вашего скептицизма наверняка окажут самое непосредственное влияние на уровень безопасности, успеха и качество вашей жизни. Старайтесь держаться подальше от плохих идей и нехороших людей, которые стремятся использовать вас в своих интересах.

- Каждый человек способен мыслить так, как мыслят ученые, несмотря

на то, кто он и каковы его возраст и уровень интеллекта. Ключевые вопросы таковы: достанет ли у вас мужества; заботит ли вас в достаточной степени ваша жизнь, чтобы постараться защитить ее от бессмысленности и безумия? Скептицизм – это прямой путь к эффективной и результативной жизни, где у вас гораздо больше времени на личные отношения, семью, друзей, развлечения и творчество.

Глава 2

Человеческий мозг – загадочная вещь

Если бы вы знали, как функционирует ваш мозг и как легко сделать так, чтобы человек видел, слышал и чувствовал то, чего нет, чтобы он поверил в то, чего не существует, то, возможно, не нашли бы в себе смелости выйти за порог своего дома. На протяжении многих лет я внимательно изучал труды психологов и неврологов, и временами сделанные ими открытия ставили меня в тупик. К сожалению, большинство людей почти или совсем ничего не знают о своем мозге и из-за этого слишком полагаются на его надежность. Жестокая истина заключается в том, что человеческий мозг с большим трудом отличает правду от неправды. Это является причиной многих суеверий. Поэтому было бы разумно приложить хотя бы минимальные усилия к тому, чтобы понять, как работает ваш мозг, и остерегаться обмана с его стороны.

Некоторые странные, но тем не менее вполне рутинные процессы, происходящие в мозге, не только являются очень интересными, но также имеют прямое отношение к безопасности и качеству нашей жизни. У нас как будто общее тело с нашим мозгом – странным соседом, которого мы едва знаем. Он весьма эксцентричен, держит свои дела в секрете и, занимаясь ими, почти никогда не спрашивает нашего согласия. Но при этом он исполнен благих намерений и выполняет очень важную для нас работу. Поэтому, прежде чем обращаться к решению проблем в наших головах, давайте убедимся, что мы способны по достоинству оценить человеческий мозг и все то добро, которое он несет нам.

Мозг обрабатывает сигналы, поступающие от всех органов чувств, тем самым обеспечивая все формы чувственного восприятия: вкус, обоняние, слух, зрение и осязание. Он регулирует процессы дыхания и кровообращения, защищает нас, охраняет от травм и других проблем с помощью системы сигнализации, называемой болью. И, разумеется, это место, где живут все наши мысли и воспоминания. Это начало и конец каждого из нас. Нет мозга – нет человека.

Давайте подумаем о том, чего удалось достичь человеческому мозгу за многие тысячелетия эволюции человечества. Благодаря ему были созданы деревянные и каменные орудия труда и формы оружия, позволившие нашим предкам преодолевать все тяготы и невзгоды жизни и побеждать более сильных и проворных хищников. Человеческий мозг – автор музыки,

анекдотов и бесчисленных фантастических историй и идей, и во многих случаях фантазия мозга простирается за пределы нашей Вселенной. Этот замечательный орган весом около трех фунтов состоит из клеток, называемых нейронами, число которых составляет от 80 до 100 миллиардов. Взаимодействуя между собой, они образуют около 100 триллионов связей, именуемых синапсами. Нейроны постоянно обмениваются электрическими и химическими сигналами, что уподобляет мозг транспортному узлу, где оживленное движение не прекращается ни на секунду. Мозг продолжает работать даже тогда, когда мы спим.

Проблема в том, что этот орган выполняет многие из своих обязанностей очень странным образом, причем очень часто мы даже не подозреваем о происходящем. Но знать стоило бы, потому что обладание хотя бы базовой информацией о странных процессах, происходящих в мозге, является совершенно необходимым, если вы намерены стать хорошим скептиком. Человек, который понятия не имеет, как устроены зрение и память, с гораздо большей вероятностью увидит в небе космический корабль пришельцев или плывущее по коридору привидение, а потом вспомнит это событие во всех деталях. Ему и в голову не придет, что естественные процессы, происходящие в мозге, представляют собой гораздо более логичное и разумное объяснение того, что, как ему кажется, он видел, и того, что, как он думает, запомнил. Те, кто понимает, что мозг порой сбивается и заблуждается, когда речь заходит об оценке аргументов и доказательств, менее склонны тратить годы жизни, цепляясь за лживые идеи и вздорные суеверия. Без фундаментального понимания того, каким образом мозг человека соблазняется красивыми историями, вы рискуете не заметить целую гору научных свидетельств, потому что мозг ваш очарован красивой сказкой.

Я считал себя хорошо подкованным в таких вопросах, как предубеждение, ошибки памяти, галлюцинации и т. д., но, собирая материалы для книги «50 популярных заблуждений, в которые люди верят» («50 Popular Beliefs That People Think Are True»), был потрясен новыми открытиями, которые сделал, анализируя последние научные достижения и общаясь с учеными. Под черепом человека скрывается еще более странный и удивительный мир, чем я предполагал. И это открытие подтолкнуло меня к написанию данной книги. Я твердил себе: «Людьми нужно узнать об этом!» Наука каждый день открывает новые данные о том, как работает наш мозг и как он порой обманывает нас, причем как в необычных обстоятельствах, так и в обыденной, повседневной жизни. Люди должны понимать, что так называемая действительность, в которой они живут, – это реальность, созданная их мозгом, поэтому ей никогда нельзя полностью доверять. И это откровение может стать настоящим шоком для многих.

Не доверяйте своей памяти

Знаете ли вы, что доверять нельзя даже самым своим драгоценным воспоминаниям? Они могут быть очень яркими, подробными, могут ощущаться на 100 % точными, но это не имеет значения. Они легко могут оказаться полуправдой или вовсе даже неправдой. Вполне возможно, что ваш мозг обманывает вас. На самом деле ваше прошлое, которое, казалось бы, должно храниться в вашем мозге как в сейфе, было совсем не таким, каким оно вам запомнилось. Ваши воспоминания представляют собой блоки информации, которые мозг собирает воедино и подает вам на тарелочке, но не для того, чтобы восстановить прошлое в точности таким, каким оно было, а для того, чтобы снабдить вас сведениями, которые могут пригодиться вам в настоящем. Во главу угла ставится именно функциональная полезность воспоминаний, а не их точность. Ваш мозг можно уподобить упоенному собственной значимостью бюрократу из ЦРУ, снабжающему вас лишь той информацией, которую вам необходимо знать. Дэниел Шактер, занимающийся исследованиями памяти в Гарвардском университете, говорит, что, когда мозг вспоминает какую-то информацию, он делает это примерно так же, как археолог реконструирует исторические сцены, отталкиваясь от обнаруженных артефактов. Конечный результат может оказаться достаточно информативным и полезным, но не ждите от него совершенства. Это важно понимать, потому что те, для кого устройство и работа памяти – темный лес, уже стоят одной ногой в мире фантазий. Большинство людей полагают, что память функционирует по принципу видеокамеры. Они думают, что то, что мы видим, слышим и чувствуем изо дня в день, записывается на нечто вроде жесткого диска в голове. Это совсем не так. Воспоминать прошлое – это отнюдь не то же самое, что в точности воспроизвести ранее записанный фильм.

Однако, располагая знаниями об устройстве памяти, я считаю свои воспоминания совершенно точными и надежными. Куда денешься, жить-то надо. Мозг отлично справляется со своими обязанностями. Однако может быть и по-другому. Я знаю это, потому что заглянул за занавес. Я видел Волшебника. Я знаю, что на самом деле происходит в моей голове. И теперь не могу быть абсолютно уверен в том, где я в прошлом побывал и что делал. Например, давным-давно я однажды нашел в себе мужество поцеловать Кимберли, самую красивую девочку в нашем третьем классе. Или не нашел?

Действительно ли тот знаменательный день прошел именно так, как он мне запомнился: я вручил ей записку, над которой мучился целый час накануне вечером и в которой просил ее подружиться со мной. Я сейчас вижу все это в своей голове. Там была всего одна фраза: «Ты любишь меня?» А ниже три варианта ответа: «да», «нет» и «может быть». После окончания уроков в тот день я вручил ей эту записку, после чего наклонил свое хрупкое тело восьмилетнего мальчика и исполнил самый романтический поцелуй в щеку в истории всех начальных школ. Я могу снова и снова воображать эту

сцену и вижу ее очень четко, во всех подробностях. При этом уверен, что все помню правильно. Но действительно ли все так и было? Ввиду устройства нашего мозга я не могу дать стопроцентную гарантию, что все так и было, как бы ни уверяли меня в этом мои воспоминания. Кто знает? Может, все это и происходило, но не в третьем классе, а в четвертом. Не исключено, что я мечтал поцеловать Кимберли, а поцеловал какую-то другую девочку. Или, хуже того, целился в щеку Кимберли, а поцеловал козу во время одной из школьных экскурсий в фермерское хозяйство, а одноклассники потом всю обратную дорогу потешались надо мной. Ничего этого я не помню. Возможно, это объясняется тем, что мозг несколько отредактировал и приукрасил неприятные воспоминания, чтобы мне было легче с ними справиться. Со мной он при этом посоветоваться не удосужился. Дело в том, что, нравится вам это или нет, именно так устроена и работает человеческая память. Не была ли Кимберли козой? Надеюсь, что нет, но при отсутствии фотографических свидетельств того великого поцелуя и официальных документов общества защиты животных наверняка знать не могу. Не смейтесь надо мной, такое могло произойти и с вами, вы тоже могли целовать козу, просто не помните. Мозг любого человека работает на основе креативного обмана, когда речь заходит о воспоминаниях.

Чтобы вам легче было понять, как работает человеческая память, попробуйте представить крошечного старичка, который греется у костра где-то у вас в голове. Он носит старую потрепанную шляпу и длинную седую бороду. Чем-то он напоминает старых калифорнийских золотоискателей XIX века. Временами он бывает ворчливым и необщительным, но он хранитель ваших воспоминаний, поэтому вам надо ладить с ним. Когда у вас возникает желание вспомнить что-нибудь из своего прошлого, приходится обращаться к этому чудаковатому старикашке. Предположим, вы хотите воспроизвести эпизод из своей школьной жизни, когда вы играли в футбол и забили победный гол. Для этого вам нужно похлопать старичка по плечу и попросить его рассказать все, что он знает об этом славном матче. Но дело в том, что он не читает точно зафиксированную стенограмму того события, не копается в фотоархиве, чтобы в точности воспроизвести всю хронологию, не перепроверяет все факты, прежде чем начинать свой рассказ. И определенно он не включает для вас видеозапись той игры. Как правило, он просто начинает своими словами рассказывать историю о том, какой замечательный гол вы забили в той игре, принеся победу своей команде. Иллюстрации у него тоже есть, но это как слайд-шоу, сопровождающее лекцию. Красиво, полезно, быть может, но надежным источником информации это назвать нельзя.

Ваши воспоминания – это истории, рассказы о вашем прошлом. Старичок оставляет за собой право опускать без согласования с вами те части и эпизоды истории, которые *он* считает маловажными. Иногда он путается и включает в свой рассказ несколько сцен из фильма ужасов, который вы смотрели в прошлом году. Он умеет так смешать прошлое, которое вы

вспоминаете, с другим прошлым, а то и с полностью выдуманными событиями, что вы и не заметите подвоха. Так часто бывает с историями, которые многократно пересказываются, элементы, имена, образы в которых постепенно меняются. С каждым новым пересказом многое перепутывается, а некоторое и вовсе теряется. Таково реальное положение вещей: ваши воспоминания зависят от прихоти капризного и чудаковатого рассказчика. Не поймите меня превратно, я вовсе не осуждаю старика. Он старается мне помочь. И обычно у него все отлично получается. В большинстве случаев он прекрасно справляется со своей задачей, потому что, как правило, нам нет нужды вспоминать во всех деталях, что мы видели, слышали и чувствовали. Когда информации слишком много, мозгу удается обработать и сохранить лишь часть ее. Но имейте в виду, что, когда дело доходит до воспоминаний о чем-то очень важном или необычном (например, об убийстве, о похищении вас инопланетянами или об увиденном вами привидении), на старика полагаться не приходится, потому что он может подвести.

**Я никогда не забуду тот день!
(еще как забудете)**

Вопреки распространенному представлению положиться нельзя даже на воспоминания о событиях по-настоящему драматических, как говорится, незабываемых. Многим из нас в это трудно поверить, потому что мы склонны думать, что особо значимые моменты в жизни навсегда оставляют след в памяти. К сожалению, это не так. В качестве примера можно привести эксперименты, в ходе которых людей просили написать, где и с кем они находились во время такого важного события, как теракт 11 сентября 2001 года. Сначала они записывали свой ответ вскоре после произошедшей трагедии, а затем им задавали те же самые вопросы через несколько лет, при этом во многих случаях их более поздние воспоминания входили в противоречие с прежними, которые предположительно являются более точными.

Пожалуй, самая большая проблема с памятью, о которой следует знать хорошему скептику, заключается в том, что воспоминания о реальных событиях могут с течением времени меняться и засоряться так называемыми ложными воспоминаниями, что является происками воображения. Ложные воспоминания могут также внушаться вам окружающими. Сделать это, кстати, довольно легко. Ученые доказали, что бывает достаточно просто упомянуть какое-то имя или показать человеку какую-то картинку, прежде чем попросить его вспомнить о каком-то событии, и это может существенным образом изменить содержание воспоминаний. Например, если я захочу проверить, хорошо ли вы помните свой первый день в девятом классе школы, то могу перед этим ненавязчиво пообщаться с вами и вставить в разговор несколько фраз про непогоду и снег. А затем, спрашивая вас о вашем первом дне в девятом классе, я могу вставить и такой вопрос: в тот

день было жарко или холодно? Вы, скорее всего, ответите «холодно», даже если было жарко. Да, вот так легко можно изменить воспоминания человека.

Еще более странной представляется возможность внедрить в мозг человека вымышленные воспоминания, которые не просто приукрашивают его собственные воспоминания о каком-то событии, но фабрикуют в его памяти событие, которого не было. И это, опять же, не так трудно сделать, как вы, может быть, думаете. Достаточно просто внушить кому-то, что он был на такой-то вечеринке или на таком-то пикнике несколько лет назад, и его мозг тут же сфабрикует убедительные воспоминания о том, как весело он тогда развлекался, даже если на самом деле в тот день он не выходил из дома. Такие частично или полностью сфабрикованные воспоминания зачастую инспирируются услышанными историями, прочитанными книгами или увиденными фильмами. Суровая правда жизни состоит в том, что наши воспоминания весьма уязвимы и могут изменяться под действием силы внушения, а то и формироваться самим мозгом. Им нельзя полностью доверять. Кстати, важно добавить, что это никоим образом не связано с уровнем интеллекта или психическим здоровьем человека. Так работает совершенно здоровый, нормальный мозг. Так функционирует ваша память, и не забывайте об этом. Теперь вы понимаете, что имеются веские основания проявлять скептицизм, когда люди вспоминают какие-то очень странные вещи. Возможно, это и точные воспоминания, но кто может знать наверняка? В этой ситуации имеет смысл попросить представить дополнительные доказательства. К сожалению, большинство людей понятия не имеют о тех открытиях, которые ученые сделали относительно человеческого мозга и памяти, и потому слишком торопятся доверять чужим воспоминаниям, как, впрочем, и своим. К счастью, теперь вы знаете, что нет смысла безоговорочно верить человеку, который утверждает, что был свидетелем каких-то паранормальных и сверхъестественных явлений либо событий вчера, неделю назад или в прошлом году. Даже если речь идет о самом разумном, самом достойном доверия человеке, нам все равно нужны дополнительные свидетельства, подтверждающие, что он вспоминает события именно так, как они происходили на самом деле.

Мозг-обманщик

Неточность воспоминаний о прошлом – это далеко не единственная проблема. У нас и о настоящем-то думать не всегда хорошо получается, потому что у каждого есть особенности, которые исподволь искажают наше мышление. То, что представляется нам надежным и логичным, на деле оборачивается чехардой и непредсказуемостью. Например, знаете ли вы, что мы инстинктивно отмечаем и запоминаем свидетельства, поддерживающие нашу точку зрения, при этом игнорируя и забывая те, которые идут вразрез с нашими представлениями? Хуже того, мы взираем на открывающуюся нашим глазам сцену, убеждаем себя, что смотрим с должным вниманием, и

при этом все-таки не замечаем чего-то важного, необычного, неожиданного, хотя это все происходит перед нашими глазами. Кроме того, наш мозг умеет добавлять отсутствующие или пропущенные детали и создавать значимые образы на основе той неполной визуальной информации, которой располагает. В одних ситуациях эта способность мозга бывает очень полезной, но в других оказывается ментальной ловушкой, побуждая нас видеть то, чего нет, или верить в то, чего не существует. Это лишь некоторые из множества проблем, с которыми мы сталкиваемся, пытаясь разобраться в происходящем вокруг. Вы можете плыть по жизни, не зная или не заботясь обо всем этом, но разве вы не хотите дать себе шанс избежать ошибок мышления и мировосприятия?

После многолетних исследований я проникся сочувствием к тем, кто верит в вещи, почти наверняка не соответствующие действительности. Люди оказываются настолько падкими на иррациональные суеверия, что я считаю себя настоящим счастливым человеком, поскольку мне не приходится тратить время на поиски фей, готовиться к высадке пришельцев или отдавать половину своего дохода какому-нибудь экстрасенсу или целителю. Понимание того, каким образом функционирует мозг, значительно повышает шансы на то, что вы будете крепко стоять обеими ногами в реальном мире, а не в мире фантазий. Когда вы осознаете, что ваш мозг играет в свою собственную игру по своим собственным правилам, то дважды подумаете, прежде чем довериться своим или чужим воспоминаниям. Иными словами, вам проще будет ориентироваться в реальной жизни.

Не глаза видят, а мозг

Давайте поговорим о зрении. Вы наверняка слышали такое выражение: «Увидеть – значит поверить». Но часто бывает и наоборот: *поверить – значит увидеть*. Ученым хорошо известно, что сильнейшее влияние на то, что, как нам кажется, мы видим, оказывают образы и идеи, воздействию которых мы подвергаемся предварительно, а также наши собственные мысли и воображение. Этим, вероятно, объясняется, почему именно люди, которые изначально верят в привидения или НЛО, гораздо чаще наблюдают эти самые явления, нежели те, кто в них не верит. Увидеть то, чего нет, может каждый, потому что мозг *конструирует* и *интерпретирует* наблюдаемую реальность. Мы видим то, что наш мозг показывает нам, отталкиваясь от информации, получаемой через органы зрения. Картинка, создаваемая мозгом, не всегда является 100-процентным отражением того, на что устремлен наш взгляд. По этой причине мы иногда не можем быть до конца уверены в том, что видим. Да, возможно, вы видели ангела. Но возможно и другое: мозг показал вам ангела, ошибочно сконструировав его образ из куста или другого предмета.

Мозг конструирует и интерпретирует наблюдаемую реальность? Звучит дико, если вдуматься. Разве мы не просто видим вещи, на которые смотрим?

Как такое может быть? Большинство людей полагают, что мозг просто и честно показывает нам ту самую картинку, которую видят наши глаза. Но все обстоит не так. В реальности свет падает на сетчатку глаз и по зрительным нервам в мозг идут электрические импульсы. Затем мозг *транслирует* эти импульсы в зрительные образы, которые вы «видите» у себя в голове. Мозг не отражает и не проигрывает наблюдаемую вами сцену, подобно зеркалу или видеокамере с монитором. Он показывает вам сильно отредактированное и адаптированное *описание* наблюдаемой сцены. Предлагает вам собственную *версию* наблюдаемого мира. Можно сказать, что мозг снимает свой собственный фильм по мотивам реальных событий. То, что вы видите, – это не сырая видеосъемка, а художественно-документальный фильм. Мозг оставляет за собой право опускать детали, которые он считает маловажными. Может быть, это и неплохо. Более того, во многих случаях это совершенно необходимо во избежание информационной перегрузки. Вам совсем не нужно видеть каждый лист на дереве и каждую травинку, когда вы гуляете в парке. Это был бы переизбыток информации. Возникла бы непроходимая путаница у вас в голове, что только навредило бы вам. Для того чтобы вы получили представление о парке и могли нормально функционировать, достаточно иметь в голове общую картину парка, именно это мозг и дает вам. Если вам нужны дополнительные подробности, можете сфокусировать глаза и мозг на отдельном листке, отдельной травинке и т. д.

Но дальше начинаются еще более странные вещи. Мозг не только опускает огромное количество деталей, он еще и заполняет бреши образами, которые вы не только не можете видеть, но которых, возможно, вовсе не существует. Например, ваши глаза не могут уследить за быстро движущимся объектом, но мозг решает эту проблему, прикидывая, что могло бы быть полезно вам, и создает свою версию реального мира. Мозг также вставляет в нужные места статичной сцены элементы, которые, по его мнению, там должны быть, поскольку это позволяет вам лучше ориентироваться в окружающей среде. Как известно, такими фокусами славятся иллюзионисты. Даже если они не вполне понимают научную подоплеку происходящего, это не мешает им при выполнении своих фокусов максимально использовать особенности человеческого зрения. Еще раз должен подчеркнуть, что мозг делает все это не ради того, чтобы посмеяться над нами, а по той лишь причине, что в большинстве случаев это позволяет нам функционировать в жизни с максимальной эффективностью.

Мозг не только добавляет недостающие образы, он также обнаруживает шаблоны, закономерности и по ним «соединяет точки». Он делает это автоматически и очень хорошо. Он помогает нам увидеть вещи, которые в противном случае было бы очень трудно распознать. И эта способность мозга является, пожалуй, одной из причин, почему род человеческий до сих пор существует. Подобно многим другим животным, наши доисторические предки полагались на эту способность в целях выживания: она позволяла им не умереть от голода и не оказаться съеденными самим. Без этой

способности невозможно было бы увидеть в листве замаскировавшуюся птицу или прячущегося в кустах кролика. Не менее важно было умение вовремя распознать контур крадущегося хищника, это позволяло нашим далеким предкам не попасть ему на обед в краткосрочной перспективе и избежать вымирания в перспективе долгосрочной.

Хотя современным горожанам редко выпадает нужда высматривать прячущегося в кустах хищника, описанная выше особенность зрения продолжает играть свою роль. Например, одна моя знакомая, которая увлекается заплывами на длинные дистанции в Карибском море, объясняла мне, что она не страдает от параноидального страха перед акулами, но вот отношение ее мозга к ним далеко от легкомысленного. Когда она плышет и опускает голову под воду, ее система зрения постоянно сканирует окрестные воды на предмет возможного появления акулы. И мозг зачастую «видит» ее, когда замечает предметы, своим контуром хотя бы отдаленно напоминающие шаблонный образ акулы. В 95 % случаев, как объясняет моя знакомая, мозг ошибается, принимая за акулу предметы, не имеющие ничего общего даже с рыбами.

Майкл Шермер, издатель журнала «Skeptic», многие годы посвятил изучению этой особенности мозга, которую описывает как «тенденцию обнаруживать шаблоны и модели в бессмысленном и бессодержательном шуме». Шермер говорит, что мозг делает это так часто и так хорошо, что его можно было бы назвать «машиной по обнаружению моделей». Это все замечательно, но до той поры, пока процесс обнаружения моделей не выходит за пределы действительности, в результате чего мы начинаем видеть то, чего не существует. И вот тогда мы рискуем навлечь на себя проблемы.

Если, гуляя на закате солнца в лесу, я наткнулся на тень, отдаленно напоминающую тень медведя, мой мозг тут же соорудит весьма подробную и убедительную модель медведя, затаившегося во мраке. Медведя нет, но я его видел! Клянусь вам, я видел его ощерившуюся пасть и горящие злобой глаза! Ладно, если медведь там был действительно, мозг спас мне жизнь, предупредив меня об этом. Но если его не было, то я лишь пережил небольшой испуг. А что, если бы вот так же я был абсолютно уверен, что своими глазами видел бигфута, демона, инопланетянина или бога? Это могло бы без нужды сильно осложнить мне жизнь. Шермер поясняет:

К сожалению, в нашем мозге не сформировалась система обнаружения вздора, которая позволяла бы отличать реальные шаблоны от ложных. В мозге нет системы обнаружения ошибок, которая регулировала бы работу механизма, создающего шаблоны и модели. И поэтому мы нуждаемся в науке, обладающей механизмами саморегуляции.

С одной стороны, способность мозга видеть шаблоны объектов, которых в реальности нет, помогает нам вовремя увидеть шаблоны того, что есть,

когда это действительно имеет значение для выживания. С другой стороны, мы должны быть осведомлены об этом феномене, так как он может приводить к тому, что мы верим в то, чего нет, или в то, что является неправдой. И одним только зрением это не ограничивается. К слуху и мышлению это тоже относится. Хорошие скептики понимают, что мозг зачастую создает ложные модели, поэтому мы должны быть крайне осторожными с показаниями свидетелей, которые, к примеру, своими глазами наблюдали НЛО или что-то столь же необычное. В такой ситуации есть все основания проявить скептицизм и потребовать дополнительных доказательств. Может, эти люди что-то видели, может, нет. Но ведь мы с вами уже кое-что знаем о мозге, поэтому следует ли слепо доверяться человеку, который утверждает, что на прошлой неделе видел летающую тарелку или снежного человека? Не нужно думать, что он лжет. Любого из нас, даже обладающего 100-процентным зрением, это самое зрение может подвести. И самый блестящий мозг может прийти к неверным умозаключениям. И самая лучшая память, бывает, подводит.

Кто заметил гориллу?

Есть еще одно явление, которого мы должны остерегаться: *слепота невнимания*. Этот термин означает, что вы вроде бы не отрываясь смотрите куда-то, но на самом деле не видите того, что надо видеть. Слепота невнимания – главная причина того, почему нельзя разговаривать по телефону за рулем. Вы вроде бы смотрите на дорогу перед собой, широко раскрыв глаза, но ваш мозг занят разговором по телефону, поэтому не замечаете подрезавшего вас мотоциклиста или стоп-сигналов тормозящего впереди грузовика.

Ученые Кристофер Чабрис и Дэниел Саймонс провели очень интересный эксперимент, наглядно демонстрирующий феномен слепоты невнимания. В то, что они обнаружили, было бы трудно поверить, если бы этот эксперимент не демонстрировался множество раз и результат не был бы всегда примерно одинаков. На видео мы наблюдаем две команды игроков, передающих друг другу баскетбольные мячи. Участники одной команды одеты в белые майки, участники другой – в черные. Испытуемым, просматривающим эту запись, предлагается сосчитать, сколько раз передали друг другу мяч, двигаясь по площадке, игроки в белом. Вот и все, ничего больше. Но, в то время как испытуемые сосредоточенно смотрят на игроков в белых майках, пытаясь сосчитать число пасов, в самый центр сцены выходит женщина, одетая в костюм гориллы, бьет себя в грудь и вальяжно удаляется. Сразу уточним, что речь идет не о кратковременном, длящемся доли секунды появлении. Горилла остается на экране целых девять секунд. Спросив у испытуемых, сколько они насчитали передач мяча, исследователи уточняют, не заметили ли они чего-нибудь необычного в процессе просмотра ролика. Как ни странно, примерно половина людей, проходящих этот тест, *гориллу не*

замечают. Они не видят волосатую гориллу, которая проходит у них прямо перед глазами в течение девяти секунд! Они так сосредоточены на мяче, что их мозг оказывается не способным распознать и вспомнить образ гориллы, хотя мяч, за которым они так внимательно следят, несколько раз пролетает непосредственно перед гориллой.

Вот это и есть слепота невнимания, нормальное, полезное свойство человеческого мозга. Мы не можем следить всегда и за всем, поэтому мозг сосредоточивается на одном, жертвуя другим. Последствия этого для человека, желающего стать хорошим скептиком, очевидны. Непонимание природы слепоты невнимания, неосведомленность о самом феномене могут приводить к тому, что мы становимся слишком уверенными в своей способности все замечать и не упускать из виду какие-то важные детали. Но мы как раз упускаем из виду важные и необычные детали, например гориллу!

Мы никогда не можем быть до конца уверены, что видим все, что надо увидеть, чтобы разобраться в ситуации. Если человек видит, как ему кажется, призрака, это может объясняться тем, что из-за гиперконцентрации мозга за кадром остаются какие-то важные детали картины. Например, мозг настолько сосредоточен на том, что ему кажется привидением, что не замечает на лужайке расположенные буквально в нескольких футах фонари, которые светят на кусты под определенным углом, так что игра света и тени образует фигуру призрака (а к тому, как должно выглядеть привидение, мы приучены массовой культурой). Слепота невнимания – это еще одна причина скептически относиться к показаниям очевидцев и всегда требовать дополнительных доказательств.

Всякий, кто надеется стать хорошим скептиком, должен понимать природу так называемого пристрастия к подтверждению и уметь бороться с ним. Полностью преодолеть данный феномен невозможно, но, когда вы знаете о его существовании, это может помочь вам не стать его рабом, что открыло бы прямую дорогу к суевериям. Пристрастие к подтверждению – это проблема, с которой приходится иметь дело каждому из нас, даже самому лучшему скептику, если случается задуматься о своих собственных убеждениях. Феномен заключается в том, что мы склонны любой ценой защищать то, во что верим. Мы ищем аргументы и доказательства, подтверждающие нашу точку зрения, а все, что ей противоречит, игнорируем и отвергаем. Когда других людей тянет к доводам и идеям, с которыми они изначально согласны, это может казаться очевидным, но это совсем не так очевидно, когда то же самое происходит с вами. Это предубеждение способствует тому, что вам гораздо проще соглашаться со всякими странными заявлениями, чем это было бы при отсутствии предубежденности. А вот признать собственную неправоту и отказаться от того, во что верите, бывает исключительно трудно. Например, если человек верит в ясновидение, его мозг естественным образом настроится и перейдет в режим максимальной интенсивности, когда по телевизору пойдет речь о «научном подтверждении чтения мыслей на расстоянии». Истории и «факты»,

доказывающие научность ясновидения, будут иметь для мозга статус наиболее приоритетных, так что он обязательно сохранит их в памяти для будущего использования. Но, если на такую же передачу пригласят скептика вроде меня и он начнет объяснять зрителям, что эффективность ясновидения только кажущаяся, поэтому нет никакого смысла верить экстрасенсам, мозг верящего в экстрасенсов зрителя инстинктивно перейдет на осадное положение. Мост поднят, в ров выпущены крокодилы, солдаты заняли боевые позиции на стенах. Практически ничего из произносимого мною с телеэкрана до такого зрителя не доходит. Та же информация, которой каким-то образом удастся проникнуть через все редуты в мозг, очень скоро забывается. Хуже всего во всем этом то обстоятельство, что зритель обычно даже не сознает свою предвзятость и закрытость. Он наверняка считает себя мыслящим рационально и справедливо. И подобное происходит не только с поклонниками ясновидения. Таким искажениям мышления и восприятия подвержены мы все.

Хороший скептик старается держать уши и мозги открытыми и знает, что всегда стоит лишний раз перепроверить свои умозаключения и убеждения, какими бы разумными они ни казались. Следует поступать так и потому, что мы несовершенны в своем мышлении, все в жизни меняется. Если вы думаете, что никогда не совершите ни единой ошибки, то, конечно, вам нет смысла пересматривать свои выводы. Но если вы похожи на остальных людей, значит, вам нужно постоянно перепроверять себя. В жизни нет ничего статичного, постоянного. Свежая информация, новые открытия зачастую помогают нам увидеть допущенные нами ошибки, мы обнаруживаем, что некоторые из наших прежних выводов должны быть либо исправлены, либо отвергнуты. Ничто не следует считать выбитым в граните. Да, конечно, не исключено, что некоторые из наших умозаключений так и останутся верными до конца времен, но какие именно? Мы не можем знать это наверняка. Остается лишь принять те выводы, которые подкрепляются наилучшими доказательствами, существующими на сегодняшний день, и согласиться изменить свою точку зрения, если завтра выяснится, что имеются гораздо лучшие доказательства обратного. Вы не должны быть слишком преданы каким-то идеям, убеждениям, умозаключениям. Я считаю, что астрология не имеет под собой никаких оснований, но не собираюсь держаться за это свое убеждение до последнего вздоха. Если наука когда-нибудь докажет, что Весы оказываются наилучшими любовниками, а Козероги наилучшими садовниками в силу особого расположения звезд и планет, я тут же изменю свой взгляд на астрологию. Менять свои взгляды – это нормально. Это признак мудрости и зрелости. Никогда и ни за что не отказываться от своих убеждений – неправильный подход. Надо в каждый момент времени стараться держаться как можно ближе к истине и к реальности. А для этого нужно постоянно лавировать.

История Гретхен Грингамс

Приведенная ниже короткая история призвана помочь вам вспомнить некоторые странные методы, с помощью которых наш мозг побуждает нас поверить в то, чего нет. Это история о хорошей девочке, которая не была хорошим скептиком и потому была обречена на самую прискорбную участь: разложение мозга и разрушенную жизнь. Пожалуйста, вспоминайте эту трагическую историю всякий раз, когда чувствуете, что вот-вот примете на веру некое необыкновенное утверждение, не подкрепленное железобетонными доказательствами. Может, оно и является истиной, но потрудитесь как следует подумать, прежде чем поверить. Вспоминайте, что стало с маленькой Гретхен Грингамс, когда вас одолевает искушение поверить во что-то экстраординарное без достаточных на то оснований.

Вне всяких сомнений, юная Гретхен Грингамс была победительницей. Никто не станет оспаривать, что она была самым умным и самым популярным ребенком городка Ротбридж с населением 7495 человек. Она была особенной, и все это знали. И симпатичной. Очень глубокий прикус и сильно выделяющиеся надбровные дуги, которые хорошо смотрелись бы на боксере-неандертальце, никого не смущали. Что-то в ней было такое, за что все без исключения жители городка обожали ее. Ее настолько любили и уважали, что никто не посмел соперничать с ней, когда она в пятом классе выдвинула свою кандидатуру на пост президента класса. Она обладала редким даром достигать больших успехов, не вызывая при этом ни зависти, ни ревности. Многие взрослые предсказывали, что с годами она пробьется на самую вершину успеха. Поговаривали, что у нее достаточный потенциал, для того чтобы однажды возглавить самое престижное и успешное предприятие в городе, коим являлась фабрика по переработке использованного наполнителя для кошачьих туалетов, из которого затем изготавливались зубные протезы и курительные трубки. Но у Гретхен были куда более высокие амбиции.

Ее целью было поступить в колледж после окончания школы и получить ученую степень в области астрономии. Она без стеснения объясняла каждому встречному, что обязательно сумеет доказать или опровергнуть теорию струн и раз и навсегда снимет покров тайны с темной материи и темной энергии. Никто не понимал, о чем она говорила, но все с уважением относились к ее честолюбивым замыслам и верили в ее будущий успех. Гретхен не была ботаником. Ее мечты не ограничивались учебой и наукой. Она мечтала также стать чемпионкой мира по верчению жезла, три года подряд выигрывала чемпионат города. Никто не сомневался, что когда-нибудь она станет профессионалом. Ей нужно было лишь немного отточить свои навыки, чтобы быть готовой к состязаниям в высшей лиге. Да, вот такой она была, золотой ребенок Ротбриджа. Ее явно ждало большое будущее. Но в один странный осенний день все резко переменилось.

Тренируясь с жезлом, она подбросила его высоко в воздух, как делала уже миллион раз до этого. Но на этот раз, когда ее глаза были подняты к небу, что-то зацепило ее внимание. Высоко в небе что-то парило. Что-то странное. «Определенно не самолет», – подумала Гретхен. Жезл давно упал на землю, а она продолжала смотреть в небо.

Страх, любопытство и возбуждение чередующимися волнами прошли через нее, и вдруг она поняла: «Ну конечно! Это же НЛО! Такой же я видела на прошлой неделе по ТВ. Вот это да! Он даже формы точно такой же, как те космические корабли! Что же еще это может быть?»

Поверить – значит увидеть. Мы ведь не глазами видим вопреки расхожему мнению. Мы видим мозгом, потому что мозг заново конструирует сцену, которая открывается нашему взору. Но эта конструкция никогда не бывает точным отражением действительности. Кроме того, на то, что видит мозг, сильнейшее влияние оказывает уже сложившаяся система убеждений. Даже если Гретхен до этой минуты не была до конца убеждена в существовании НЛО, недавний просмотр соответствующей программы по телевидению мог так настроить ее, чтобы она увидела то, чего нет.

Гретхен тщательно анализировала наблюдаемый объект. Мысли в голове обгоняли одна другую. Она обхватила голову руками и вслух произнесла, что это был самый важный день в ее жизни. Объект уже не парил над головой, а быстро двигался в сторону горизонта. «Он гигантский, – вслух сказала Гретхен. – Наверное, тысяча футов в ширину! Это никак не может быть воздушный шар или дирижабль. Это должен быть космический корабль. Должен!» Она начала воображать, кто мог бы находиться на борту этого инопланетного корабля. Вопросы наводнили ее сознание: с какой они планеты; насколько они разумные; дружелюбно ли они настроены; поделятся ли они своими знаниями с нами; добрые они или злые; могут ли они навредить нам?

Мозг находит шаблоны, модели и закономерности даже там, где их нет. Когда мы смотрим на окружающий мир, мозг естественным образом пытается соединить разрозненные точки в визуальном шуме и мусоре, формируя по уже известным ему шаблонам цельные образы, даже когда точки друг с другом никак не связаны и никакие шаблоны неприменимы. В данном случае Гретхен смотрит на далекую стаю птиц, такие стаи очень часто принимают за НЛО. При этом ее мозг мгновенно соединяет точки (соответствующие отдельным птицам) и формирует образ цельного, сплошного

объекта. Кроме того, предвечернее солнце отражается от животов птиц, отчего они выглядят неестественно яркими. С размерами объекта Гретхен заблуждается из-за того, что очень трудно (если не невозможно) достаточно точно определить размеры летящего в небе объекта, если не знаешь, что это за объект.

Гретхен не была идиоткой. Она вспомнила, как еще в третьем классе учительница объясняла, что следует скептически относиться к заявлениям очевидцев, якобы наблюдающих НЛО. Она два раза медленно закрыла и открыла глаза и снова посмотрела в небо, желая увидеть ту же сцену свежим взглядом. Стиснув зубы, она предельно сосредоточилась и, вложив в свой взгляд максимум силы и концентрации, впилась глазами в НЛО.

Но ничего не изменилось. «Нет, – сказала себе Гретхен, – это действительно настоящий НЛО. Мне это не привиделось, а самолет, вертолет или что-нибудь в этом роде таким огромным быть не может! Не могу даже представить, что еще это может быть, если не космический корабль пришельцев!»

Когда мы куда-то смотрим, то видим далеко не все, что можно было бы увидеть. Мы можем во все глаза пялиться на открывающуюся перед нами сцену, быть предельно внимательными и сосредоточенными и все-таки упускать из виду какие-то важные вещи, находящиеся под самым нашим носом. Слепота невнимания – стандартная проблема, с которой приходится иметь дело человеческому мозгу. Помните эксперимент с гориллой? Гретхен настолько сосредоточена на «космическом корабле», что не замечает другую стаю птиц, пролетающую в правой части ее поля зрения. Если бы она их заметила, то сразу бы поняла, что и там, вдалеке, такие же птицы. Отметим также, что Гретхен совершает ошибку мышления, когда из своей неспособности определить тип наблюдаемого объекта она делает вывод, что это должен быть космический корабль пришельцев. Хороший скептик выбрал бы другой вариант: «Не знаю».

Гретхен продолжала наблюдать за объектом еще несколько минут. Но, когда солнце зашло у нее за спиной, НЛО исчез. Пораженная только что увиденным, она перевела дух: «Вот это да! Я только что видела НЛО, космический корабль из далекого космоса!» Ее руки дрожали, но страха больше не было. Она была охвачена воодушевлением. «Фантастика, – думала она. – Теперь я знаю точно, что пришельцы существуют! Мы не одни во Вселенной».

И со всех ног Гретхен побежала домой.

Самые честные и искренние из нас иногда заблуждаются. Большинство людей, которые утверждают, что были свидетелями каких-то паранормальных или сверхъестественных явлений, совсем необязательно лгут или страдают от душевных заболеваний. Вероятно, они действительно что-то видели или чувствовали. Но это что-то, скорее всего, представляет собой некое внутреннее психическое переживание, такие случаются у вполне нормальных людей и связаны с тем, что мозг неверно интерпретирует реальные события или подменяет реальность фантазией. По этим причинам скептически следует относиться не только к чужим заявлениям. Скептического отношения порой требуют наши собственные мысли и особенности восприятия.

Вернувшись домой, Гретхен рассказала об НЛО своим родным. Назавтра она поведала об этом своим одноклассникам. Поскольку у Гретхен была репутация умной и честной девочки, все были склонны поверить ей.

– Что ж, – сказала ее учительница миссис Флерстон, – полагаю, это означает, что пришельцы все-таки существуют. Как интересно! Эй, дети, что скажете, если мы на этой неделе проведем специальный урок, посвященный НЛО?

– Ура! – завопили ученики.

Затем миссис Флерстон пояснила, что у нее дома есть несколько «превосходных и поучительных» записей программ телеканала, который недавно смотрела Гретхен.

– В одной из этих передач рассказывается о том, как Гитлер с помощью пришельцев едва не одержал победу во Второй мировой войне, – сказала миссис Флерстон. – В другой – о том, как пришельцы посетили нас тысячи лет назад и по ошибке оставили после себя несколько домашних животных. И эти домашние животные, как выясняется, были нашими далекими предками!

Маленький Кевин Хентферт, имевший в классе репутацию клоуна, восторженно поднял руку и выпалил, что он мог бы принести папины «научные книги» о катастрофе НЛО под Розуэллом.

– Там есть даже настоящие фотографии трупов пришельцев, – сказал он.

Миссис Флерстон согласно кивнула. Сидевшие впереди мальчики одобрительно показали большие пальцы. Кто-то торжествующе потряс кулаком. Даже Тодд Максфинстер, самый сварливый ребенок в классе, и тот повеселел.

– Наконец-то, – сказал он, – мы займемся настоящей наукой. Лучше поздно, чем никогда!

Такая масса энергии не могла слишком долго удерживаться в пределах одного класса. К концу недели об увиденном Гретхен НЛО судачила уже вся школа, а скоро и весь город. Однажды, когда она вернулась из школы домой, в гостиной ее ждал репортер местной газеты, чтобы взять у нее интервью. Уже на следующий день посвященная ей статья красовалась на первой странице городской газеты. В материале присутствовал набросок космического корабля, составленный по словесному описанию Гретхен. В иллюстрации было несколько деталей, которые решил добавить художник. Гретхен, конечно, не могла видеть ни странных знаков на борту корабля, ни подвешенных к нему ракетных установок, ни инопланетянина, который махал рукой в иллюминатор, но в целом форма объекта была передана правильно, поэтому она не стала возражать.

Последняя фраза в статье звучала так: «Город Ротбридж может лишь аплодировать необыкновенному мужеству Гретхен Грингамс, которая поделилась своей историей близкого контакта. Хотя есть еще много вопросов, которые ждут ответа, теперь известно благодаря этой отважной девочке, что мы не одни во Вселенной».

После публикации этой статьи мэр Ротбриджа distinguished Эрл Уэйн Чипли официально похвалил Гретхен на специальной церемонии, устроенной в мэрии. Там он вручил ей ценный подарок и назвал ее героиней. Он также сказал, что и сам верит в инопланетян, и призвал всех продолжать следить за небесами, потому что «они там точно есть».

Репутация и титулы – это еще не все. Когда речь заходит о каких-то экстраординарных заявлениях, репутация человека, конечно, имеет значение, но не решающее. Все-таки наличие надежных доказательств куда важнее. Всегда напоминайте себе, что человек, делающий какие-то необычные заявления, сколь бы убедительно он ни говорил, сколь бы успешным и честным ни был, все-таки остается человеком, поэтому ему свойственно соединять в своем сознании действительность и фантазии, как и всем остальным. Кроме того, не следует слишком доверять информации, публикуемой в СМИ. Журналисты тоже люди, а это означает, что их предубеждения, предрассудки и слабо развитый скептицизм не могут не отражаться на их работе. Необходимо также остерегаться присущей людям склонности оглядываться на авторитеты и слишком доверять им. Только потому, что человек занимает пост мэра или учителя, он не избавлен от риска впасть в заблуждение, как и любой другой из нас.

Время бежит для героев. По прошествии пятнадцати лет после истории с НЛО Гретхен оставалась умной и симпатичной девушкой. Но о

популярности речи уже не было. После того дня она сильно изменилась. Убедив себя в том, что тот космический корабль обязательно вернется, она все больше и больше времени проводила, глядя в небо. Шли годы, и сначала простым горожанам, а потом ее друзьям и, наконец, членам семьи вся эта история изрядно наскучила. Они продолжали любить Гретхен, старались хорошо относиться к ней, но после многих лет пустых разговоров, которые никаким конкретным результатом не сопровождались, вся эта история приводила окружающих лишь в смущение и состояние скуки. Молодая женщина с очевидным потенциалом, которая только и делает, что смотрит в небо, не может не показаться странной и нелепой. Но ее это не заботило. День за днем, ночь за ночью она стояла, задрав голову и выискивая в небе тот самый космический корабль.

«Да опусти ты голову хоть на минутку! – вскричал однажды, не выдержав, ее отец. – Ты же так всю жизнь простоишь, пялясь в небо!» Но Гретхен продолжала надеяться, что инопланетяне все-таки вернутся. К несчастью, эта надежда убила все ее земные мечты и амбиции.

В колледж Гретхен так и не поступила. Директором фабрики по переработке использованного наполнителя для кошачьих туалетов она тоже не стала. Закончив школу, она всю себя отдала «уфологии». Читала все книги, журналы и веб-сайты, которые поддерживали в ней веру в НЛО и пришельцев. Ее внимание привлекали истории про похищение людей инопланетянами, про знаменитую катастрофу в Розуэлле, про тайную деятельность в Зоне 51, про людей, вступавших в контакт с инопланетянами. Она слушала лекторов, которые якобы поднимались на борт НЛО и совершали полеты в космос. Однажды она провела выходные в обществе разлитов в Лас-Вегасе. Фильм «Близкие контакты третьей степени» она пересмотрела несчетное число раз, так что даже ее DVD-плеер не выдержал и сдох.

Величайший момент славы пришел к Гретхен тогда, когда она на двадцать семь секунд появилась в документальном фильме «Нострадамус: ученый человек или астролог внеземного происхождения», показанном по ТВ. Она рассказала там свою историю наблюдения НЛО, но при монтаже эту историю вырезали. Остались лишь ее комментарии о том, что пришельцы, по-видимому, обладают способностью предсказывать будущее, так что велика вероятность, что Нострадамус был одним из них или, по крайней мере, консультировался с ними.

К чтению книг, где содержались скептические идеи в отношении НЛО, Гретхен интереса не проявляла и не желала даже слушать заявления и комментарии профессиональных астрономов, астробиологов, специалистов SETI, занимающихся поиском внеземных цивилизаций, и официальных лиц НАСА. Гретхен считала, что она лучше знает, чем все они, вместе взятые. Ведь это *она* видела космический корабль своими собственными глазами, а не они. Она полагала, что нет никакого смысла тратить время на поиск возможных альтернативных объяснений, поэтому всецело посвящала свое

внимание только тем, кто верил, как верила она. Ее старший брат относился ко всему этому скептически и часто пытался спорить с ней насчет НЛО, но Гретхен только отмахивалась. «Он не видел и поэтому не может знать, – говорила она себе. – Кроме того, опровергнуть мою историю он не в состоянии».

Пристрастие к подтверждению мешает нам четко анализировать наши собственные убеждения. Мы все склонны обращать внимание на ту информацию, которая подтверждает то, во что мы верим, одновременно отмахиваясь от данных, которые противоречат нашим убеждениям. Это присуще каждому человеку, и в этом одна из причин, почему так важно оставаться хорошим скептиком изо дня в день. Если вас действительно волнует правда, если вы не хотите тратить время на всякую бессмыслицу, то должны знать о феномене пристрастия к подтверждению и противодействовать ему. Вам нужно стараться сохранять открытость ума и быть готовым к рассмотрению иных идей и свидетельств, сколь бы чужеродными или неприемлемыми они вам ни казались. Кроме того, это не дело скептика ниспровергать всякие нелепые утверждения. Пусть их доказывает тот, кем они высказаны.

Памятный день давно остался в прошлом. Сегодня Гретхен уже седая. Жизнь, которую она прожила, полвека назад никто бы ей не напоролил. Она так и осталась в Ротбридже. До теории струн руки у нее так и не дошли. Несмотря на весь ее потенциал, после пятого класса она так и не участвовала ни в одном соревновании по верчению жезла. До сих пор она ходит по городу, задрав голову вверх. Встречая людей на улицах, она редко смотрит на них, поскольку слишком занята. От этого пострадала не только ее личная жизнь и карьера, Гретхен заплатила за это и здоровьем. Ноги у нее все изранены. Не так-то просто ходить по улицам, задрав голову вверх. За прошедшие годы она посбивала своими ногами столько пожарных гидрантов и парковых скамеек, столкнулась со столькими скейтбордистами, что остается только удивляться, что она до сих пор жива. Глядя на эти изуродованные голени, можно подумать, что она всю свою жизнь прожила в Бангкоке, занималась борьбой без правил и только недавно вышла на пенсию. Да, воистину тот день, когда Гретхен увидела свой НЛО, стал переломным в ее жизни.

Сегодня она большую часть времени проводит, сидя в одиночестве в своей маленькой квартирке. Пишет посты в свой блог, посвященный НЛО, и всем желающим проигрывает тот 27-секундный эпизод с ее участием в телепередаче. Пару раз в году она выступает в публичной библиотеке Ротбриджа с лекцией на тему «Наука НЛО». Каждый раз собирается

небольшая группа одних и тех же слушателей. Это закаленные поклонники уфологии, несколько бездомных, а также заблудившиеся в отделе художественной литературы посетители библиотеки. Но Гретхен не унывает. Когда подходит время ее выступления, она буквально сияет энтузиазмом. «Я знаю, что разумные инопланетяне посещают нас, – говорит она. – Я видела их своими собственными глазами. Они здесь».

Ее немигающий взгляд некоторых бросает в дрожь. Но другие как будто бы верят. «Я помню тот день так ясно, несмотря на все прожитые годы, – говорит она. – Космический корабль завис прямо над моей головой. Он был серебристый и мигал огнями. На корпусе были странные знаки, по бокам висели ракеты или, может быть, дополнительные двигатели, что-то в этом роде. Я даже увидела иллюминатор и в нем инопланетянина с большой головой. Он был очень бледный, то ли серый, то ли белый. Я никогда не забуду его глаза, большие, черные. И тут он помахал мне. Да, это момент, который я никогда не забуду».

Наука доказала, что наши воспоминания очень ненадежный источник информации. Мозг не воспроизводит точных записей событий, которые имели место в прошлом. Он конструирует воспоминания из кусочков информации. При этом он редактирует и приукрашивает прошлое. Что-то опускается, что-то добавляется. Иногда примешиваются другие воспоминания. Порой в эту смесь добавляется то, что мы видели в кино, по телевизору или читали в книге. И все это делается так, что мы ничего не замечаем и считаем, что все нормально. Никакие воспоминания не могут быть на 100 % точными. Вот почему самоуверенность, честность, интеллект, репутация не имеют никакого отношения к тому, насколько точно человек вспоминает увиденное. Доверяйте людям, но не доверяйте их воспоминаниям.

Умерла Гретхен в восемьдесят семь лет. В то, что давным-давно видела космический корабль, она продолжала верить до самой смерти. Ей даже в голову не приходило, что это могло быть что-то иное. Она и представить себе не могла, что ее НЛЮ мог оказаться комбинацией стаи птиц, заходящего солнца и ее собственного мозга, замыслившего обмануть ее. Гретхен никогда не слыхивала о феноменах пристрастия к подтверждению и слепоты невнимания. Она так и не узнала, что ее воспоминания были сфабрикованы ее собственным мозгом. Никто не сказал ей, что лучше оставить вопросы без ответов, чем притворяться, что ты знаешь то, чего не знаешь. Никто не подсказал той умной и симпатичной девочке, что, прежде чем верить во что-то, надо подумать.

Беда не приходит одна. Не только сама Гретхен поплатилась за свой недоразвитый скептицизм. Пострадали все. Родителям Гретхен так и не

довелось увидеть ее успешной и реализовавшейся. Город лишился яркой, многообещающей личности. В реальной жизни так тоже бывает. Вся наша Вселенная становится меньше, когда умные люди жертвуют свой огромный потенциал на алтарь иррациональных верований. Как ни прискорбно, это происходит вокруг нас каждый день, каждую минуту. Существуют миллионы людей, похожих на эту вымышленную Гретхен, обладающих недюжинными умственными способностями, но впустую их растрачивающих, забивающих себе голову всякой чепухой. Учитывая все те серьезные проблемы, с которыми сегодня приходится иметь дело человечеству, я не уверен, что мы можем позволить себе вот так несерьезно относиться к интеллектуальному богатству поколений. Мне кажется, нам нужно мобилизовать всю мощь наших интеллектов.

Наш странный и необъективный мозг

Ниже приводится перечень некоторых естественных психических пристрастий и распространенных ошибок мышления, которые побуждают любого из нас верить в ложные или сомнительные утверждения. Хороший скептик вовсе не должен быть доктором психологии, но иметь представление о том, какие штуки может выкидывать наше мышление, следует каждому из нас. Иммунитет этого не обеспечит, но чем больше вы знаете, тем меньше рискуете поддаться самообману. Это также поможет вам понять, как другие люди могут заблуждаться, когда пытаются убедить вас в том, во что сами верят. Миллиарды умных и психически здоровых людей каждый день клюют на всякую бессмысленную чепуху в силу странных мыслительных процессов, протекающих в нашем мозге.

Это может показаться удивительным, но лишь очень малую толику деятельности мозга можно назвать сознательной, то есть осознаваемой вами. Более чем на 90 % повседневная работа мозга является *подсознательной*, вы не имеете о ней ни малейшего представления. Взгляните на это под таким углом: наш мозг – это 4-этажный дом с двадцатью комнатами, но нам позволено посещать только одну из них, двери в остальные заперты. В доме всегда очень оживленно. В тех девятнадцати комнатах постоянно что-то происходит и непосредственным образом отражается на нашей жизни. Но мы не можем туда заглянуть.

Базовой информацией о деятельности мозга должен располагать каждый, и учиться этому надо с младых ногтей. Однако, к сожалению, огромное большинство людей так и проживают свою жизнь в полном неведении. И в этом одна из причин людских страданий. Но к вам это не относится, верно?

Эффект якоря. Нам свойственно цепляться за какой-то прежний опыт или какую-то часть информации, игнорируя или отвергая любые новые сведения, которые противоречат прежним. Не цепляйтесь якорем за прошлые ошибки, собираясь отплыть в более разумный мир.

Апелляция к авторитету. Мы существа общественные, и социальное ранжирование играет в нашей жизни немалую роль. Побочным продуктом нашей одержимости социальным статусом является тенденция слепо доверять утверждениям и идеям людей, которые стоят выше нас на социальной лестнице, соответственно то, что воспринимается нами как авторитетное мнение, производит впечатление и оказывает влияние на нас независимо от того, правильное ли это мнение и уместно ли оно в данный момент. Хороший скептик способен оценивать любые доводы, кем бы они ни приводились. Достаточно вспомнить, как часто лгут нам вышестоящие, а правду мы узнаем от тех, кто ниже нас. Уделяйте больше внимания словам и меньше – произносящему их.

Апелляция к незнанию. Чего не знаю, того не знаю! Очень часто люди полагают, что отсутствие нормального, разумного ответа на какой-то вопрос непременно означает, что ответ этот должен быть каким-то особенным. Однако слово «неизвестно» имеет только одно значение: неизвестно! Если слабому скептику происходящее представляется необъяснимым и поэтому он допускает, что может иметь место нечто сверхъестественное, ответ хорошего скептика должен быть таким: «Раз вы не можете точно объяснить, каким образом могло произойти чудо, значит, это должно быть какое-то вполне закономерное событие».

Каскад доступной информации. Если вы раз за разом повторяете какое-то утверждение, то все больше и больше верите в него, *даже если оно далеко от истины*. Оказывается, когда мы произносим что-то вслух, то слушаем самих себя и верим тому, что говорим. Поэтому не говорите глупостей, помните, что ваш мозг слушает вас.

Эвристика доступности. Очень важный фактор. Один-два примера из реальной жизни оказывают на нас, как правило, большее воздействие, чем горы абстрактных фактов и статистических данных. Поэтому, если вы покажете человеку результаты исследований, проведенных несколькими заслуживающими доверия учеными и доказывающих, что ушные свечи никакой пользы для здоровья не приносят, слабого скептика это не слишком впечатлит, потому что он будет продолжать думать о своем родственнике, который утверждает, что ушные свечи помогли ему прочистить носовые пазухи и избавили его от приступов головокружения.

Обратный эффект. Люди склонны еще больше укрепляться в своем мнении, когда сталкиваются с сильными аргументами, идущими вразрез с их позицией. Иными словами, вы всеми силами упираетесь и стараетесь убедить себя, что правы все-таки вы, а не ваши оппоненты. Помните об этом и не поддавайтесь искушению, потому что рискуете лишь глубже увязнуть в своих заблуждениях.

Нерепрезентативность выборки. Эта логическая ошибка весьма распространена. Мы сосредоточиваемся на небольшом количестве информации (единичных случаях, например) или на недостоверных данных, которые вроде бы подтверждают нашу точку зрения, напрочь игнорируя

гораздо более многочисленные или более достоверные сведения, идущие вразрез с нашими убеждениями.

Слепое пятно. Нам проще обнаруживать когнитивные искажения и нарушения логики в других людях, нежели в себе. Каждый из нас полагает, что ему в меньшей степени свойственно заблуждаться и ошибаться, чем окружающим. Об этом следует помнить и стараться объективно оценивать действительность.

Конфабуляции. Это весьма печальные нарушения памяти, от которых никто не застрахован. Как уже говорилось выше, мозг зачастую путается во времени или сочетает не связанные между собой события, фабрикуя внешне весьма достоверные воспоминания. Хороший скептик должен всегда иметь в виду, что даже самые умные, честные, уважаемые люди могут искренне заблуждаться, описывая события из своего прошлого.

Пристрастие к подтверждению. Как уже указывалось ранее, это тонкий психический процесс фильтрации информации, в результате которого мы замечаем и запоминаем только те сведения и переживания, которые подтверждают нашу точку зрения, тогда как любые другие данные, противоречащие нашим убеждениям, остаются за кадром. Старайтесь обращать внимание на эту тенденцию и всегда учитывать свидетельства и аргументы, идущие вразрез с вашими убеждениями. Хорошему скептику свойственна открытость ума.

Конформизм, или эффект присоединения к большинству. Вы, вероятно, считаете себя самостоятельно мыслящим человеком, которого не особенно заботит, о чем думают другие. Однако мы часто попадаем в зависимость от общественного мнения, которое диктует, что нам следует есть, пить, о чем говорить, что покупать, как развлекаться и как думать. Хороший скептик всегда помнит об этом, когда производит ревизию своих умозаключений и убеждений. Он спрашивает себя: «Я действительно основательно продумал этот вопрос или просто иду вслед за толпой?» В этом нет ничего постыдного. В той или иной степени всем нам нужно ощущать себя в согласии и гармонии с окружающими. Но не позволяйте другим думать за вас.

Эмоциональная предвзятость. Зачем вам лишний источник проблем? Эмоции могут завладеть вниманием до такой степени, что мы просто перестаем видеть или воспринимать то, что находится прямо у нас под носом. Не позволяйте эмоциям определять ваши решения. Не просто чувствуйте, думайте!

Ложный консенсус. Эта тенденция переоценивать число людей, согласных с тем, во что верите вы сами, приводит к тому, что вы укрепляетесь в своей вере. Пример: *если все верят в призраков, значит, они реально существуют.*

Ложные воспоминания. Это распространенная проблема, когда воспоминания о реальных событиях подменяются фантазиями. Очевидными последствиями этого когнитивного искажения являются разного рода

абсурдные идеи: от видения ангелов до похищения людей инопланетянами.

Эффект Форера, или эффект Барнума. Это когнитивное искажение объясняет популярность астрологии и ясновидения. Когда людям предлагают весьма общее описание личностных характеристик, многие из них склонны думать, что это описание в точности относится к их уникальным качествам, хотя на самом деле это расплывчатое описание могут принять на свой счет очень многие.

Эффект обрамления. Мы склонны судить о качестве и правдивости предлагаемой нам информации в зависимости от того, кем и как эта информация подается. Поэтому, если я вам не нравлюсь, вы с меньшей готовностью будете воспринимать мои доводы в пользу скептицизма. Между тем, если я вам нравлюсь, это не должно быть для вас единственной причиной стать скептиком. Делать это нужно обдуманно.

Галлюцинации. Давно установлено, что люди способны видеть то, чего нет. Но самое странное – это то, что галлюцинации могут возникать в тех же самых отделах мозга, которые видят и слышат реально существующие вещи, так что галлюцинации могут быть вполне аутентичными. Возникает вопрос: почему столь многие люди, регулярно наблюдающие сверхъестественные явления, не рассматривают такой естественный вариант, как галлюцинации? Например, человек говорит: «Это видение было слишком реалистичным, чтобы быть галлюцинацией». Он лишь демонстрирует этими словами, что ничего не понимает в галлюцинациях.

Ретроспективное искажение. Никогда не следует недооценивать способность нашего мозга поддерживать в нас высокий уровень самооценки. Ради этого мы обманываем себя и верим в этот обман, когда выясняется, что в отношении чего-то мы сильно заблуждались. «Я так и знал» – это совершенно естественная, утешающая наше эго реакция.

Эффект знакомства с объектом. Когда мы слышим уже знакомое нам утверждение, то более склонны поверить в него, чем если бы слышали его впервые. Это означает, что вы скорее поверите в высказывание X, если перед этим вас с этим высказыванием уже познакомили. Этот эффект активно используется в теориях заговора, а также в рекламе автомобилей и стиральных порошков.

Иллюзорная корреляция. Это очень распространенное искажение. Вспомните, как мы любим соединять отдельные точки информации. Мозг с удовольствием зачастую соединяет совершенно не связанные между собой события и делает из этого ложный вывод, что одно событие следует из другого или что они каким-то образом взаимоувязаны, в то время как это не так.

Слепота невнимания. Мы можем смотреть на что-то, думая, что уделяем наблюдаемой сцене безраздельное внимание, но при этом упускать из виду какие-то важные или необычные детали, находящиеся под самым нашим носом. Помните гориллу, бившую себя в грудь среди баскетболистов?

Групповой фаворитизм. Этот феномен известен каждому, но многие

ли прикладывают усилия, чтобы противостоять ему, имея дело с какими-то экстраординарными утверждениями? Мы склоняемся к тому, чтобы проявлять больше уважения, восхищения, внимания к тем, кто принадлежит к нашей группе (национальности, конфессии, школе, клубу и т. д.). Это приводит к тому, что мы больше доверяем их суждениям, чем суждениям тех, кто к нашей группе не принадлежит, даже если позиция последних выглядит более разумной.

Иррациональное усиление преданности. Борьба с этим феноменом мышления затруднительно, но необходимо, если того требует ситуация. Если вы чувствуете, что слишком много времени и сил вложили в какое-то решение, а логика дальнейшего развития событий и существующие свидетельства требуют от этого решения отказаться, сбросьте этот балласт и двигайтесь дальше, а не тащите ставший бесполезным груз на себе до конца своих дней только потому, что вам жаль затраченных усилий.

Избирательность наблюдений. Купив новый ноутбук, MP3-плеер или какую-то еще электронную игрушку, мы затем постоянно замечаем ту же самую модель повсюду. Разумеется, это связано с обостренным вниманием именно к этой модели. Такого рода избирательность наблюдений может побудить нас поверить в какие-нибудь странные вещи, которые на самом деле не имеют места. Возможно, хоть раз в жизни вам приходила в голову примерно такая мысль: «Ого, сегодня в школе у многих такое же ожерелье с крестиком, как у меня. Наверное, это какой-то знак свыше!»

Парейдолия. Этот феномен помогает объяснить многие суеверия. Когда мы видим или слышим что-то бессмысленное или бессодержательное, мозг зачастую пытается придать этому какое-то значение либо связать с чем-то ассоциативным образом. Так мы рассматриваем бесформенное облако и узнаем в нем кон туры знакомого нам предмета. Мы можем также «слышать» осмысленные слова в бессмысленном шуме.

Прайминг. Никогда не следует недооценивать, насколько легко человек поддается манипулированию. Например, услышав и прочитав какое-то слово, вы наверняка станете думать о нем, поэтому оно будет воздействовать на вас позднее, когда вы будете заниматься чем-то совершенно не связанным с этим словом (даже если вы совершенно забудете, что читали или слышали его).

Отклонение в сторону статус-кво. Человек – раб привычек. Например, стиль прически я не менял с первого класса. Таким образом, если у вас в голове укоренились ложные убеждения, вы можете продолжать держаться за них просто потому, что привыкли к ним и не хотите ничего менять.

Все запомнили? Надеюсь, что так, потому что вас ждет экзамен и продолжаться он будет всю оставшуюся жизнь. Нет-нет, совсем не обязательно заучивать все перечисленные когнитивные искажения. Но было бы здорово, если бы вы познакомились с ними ближе и имели хотя бы

смутное представление о том, что происходит в вашем подсознании. Примите как должное, что мы жить не можем без этих странных искажений и ошибок мышления. Без них мы не могли бы нормально функционировать в своей повседневной жизни. Если бы не эти «безумства» мозга, мы бы сошли с ума. В большинстве случаев эти таинственные выкрутасы мозга являются необходимой предпосылкой эффективного мышления и нормальной жизни. Поэтому не надо упрекать мозг за его обманчивую природу, за все допускаемые им ошибки мышления и восприятия. Просто знайте, что нельзя доверять до конца ни себе, ни другим, когда речь идет о том, чтобы отделить правду от вымысла.

Действительности объявлена война: вооружайтесь!

Теперь, когда вы знаете, почему так важно быть скептиком и каким образом мозг может обманом заставить нас поверить в то, что доверия не заслуживает, давайте обратимся к более конкретным вопросам. Этому будет посвящена следующая глава. Чтобы быть хорошим скептиком, полезно ближе познакомиться с наиболее популярными суевериями и разного рода паранормальными явлениями. Например, вы всегда вправе спросить, где доказательства, если кто-то попытается убедить вас в том, что континент Атлантида реально существовал и был населен передовой сверхчеловеческой расой, а то и пришельцами. Но лучше бы вам располагать достаточной информацией, чтобы задать человеку, верящему в существование Атлантиды, несколько хороших вопросов, которые, с одной стороны, обнажат уязвимость позиции оппонента, а с другой – заставят его глубже задуматься о сути проблемы. Да, это верно, что никто не доказал, что в 1947 году близ Розуэлла в штате Нью-Мексико разбился инопланетный космический корабль. Но будет гораздо лучше, если вы сумеете рассказать, что же на самом деле там произошло. Когда кто-то пытается внушить вам очередное новомодное предсказание конца света, вы заставите этого человека скромно замолчать гораздо быстрее и эффективнее, если знакомы с длинной историей такого рода безосновательных предсказаний. В следующей главе нас ждет головокружительная экскурсия по этим заблуждениям и суевериям, поэтому наденьте шлем и пристегнитесь. Мы отправляемся.

Резюме

- Не забывайте главное правило, касающееся памяти: ей нельзя доверять. Человеческая память хрупка и ненадежна. Наши воспоминания – это не проигрывание некогда сделанных записей; они заново *формируются* в голове из разрозненных кусочков информации.
- Ваш мозг *конструирует* и *интерпретирует* информацию, поступающую на сетчатку глаз. У вас в голове нет видеокамеры, которая

скрупулезно снимала бы все, что попадает в объектив. Мы видим то, что создает и показывает нам наш мозг, основываясь на информации, полученной посредством органов зрения. Формируемые мозгом зрительные образы никогда не бывают на 100 % точными и полными. По этой причине нельзя полностью доверять нашему зрению.

- Не забывайте о когнитивных искажениях, отклонениях и необъективности, присущих мозгу любого человека. Если вы не остережетесь, эти странные мыслительные процессы могут завести вас в ловушку заблуждений и суеверий.

Глава 3

Путеводитель по странным утверждениям и заблуждениям

Теперь, когда мы знаем, каким непредсказуемым образом может вести себя человеческий мозг, когда нужно отделить правду от вымысла, давайте обратимся к некоторым конкретным утверждениям, которые не доказаны и едва ли являются справедливыми, даже несмотря на то, что миллионы людей верят в них. Изучая эти утверждения и подвергая их критическому анализу, имейте в виду следующее: в большинстве случаев хороший скептик не говорит, что *знает*, что то или иное утверждение является истинным или ложным. Чтобы быть хорошим скептиком, очень важно сохранять открытость ума.

Здесь должна быть взаимность: как люди, которые во что-то верят, не должны делать вид, что знают то, чего на самом деле не знают, так и скептики должны избегать подобного хода мысли. Например, ввиду отсутствия надежных научных доказательств того, что столь крупное животное, как лохнесское чудовище, живет в ограниченном пространстве, я совершенно уверен, что его не существует. Тем не менее я не буду рвать на себе волосы или даже испытывать какую-то неловкость, если завтра Несси попадет в сети. Более того, я был бы рад услышать такую новость. Да, это означало бы, что я все это время заблуждался. Но это было вчера. А я хочу быть правым сегодня. Обнаружение современного плезиозавра было бы чудеснейшим открытием, поводом для настоящего торжества. Услышав такую новость, я сразу же ринулся бы в Шотландию, чтобы попытаться взять интервью у людей, совершивших открытие. Хорошему скептику не свойственно упрямо защищать свою позицию любой ценой. Он лишь хочет, чтобы его умозаключения базировались на наиболее надежном фундаменте доказательств и аргументов. Если бы существовал мир, населенный призраками и вампирами, хороший скептик обязательно захотел бы постичь этот мир. Скептиков часто обвиняют в том, что они настроены против всего, тогда как на самом деле мы лишь противостояем ошибкам, заблуждениям и лжи.

Во что верят жители США

	%	Количество (чел.)
Катастрофа НЛО под Розуэллом	21	65 921 948
Вакцины приводят к аутизму	20	62 782 808
Обама — антихрист	13	40 808 825
Бигфут существует	14	43 947 966
Земле и роду человеческому менее 10 тысяч лет	46	144 400 458
Высадка на Луну была сфальсифицирована	7	21 973 983
Призраки	42	131 843 896
Астрология	26	81 617 650
Атлантида	41	128 704 756
Чудеса	76	238 574 670
НЛО	40	125 565 616
Реинкарнация	20	62 782 808
Экстрасенсорное восприятие	41	128 704 756

Очень многие хорошие скептики, разговаривая с людьми, которые верят во всякие странные вещи, терпят фиаско. Недостаточно просто потребовать доказательств или указать на какие-то прорехи в аргументации. Опыт научил меня, что хороший скептик, который хочет быть полезным и желает произвести впечатление, должен дать своим оппонентам нечто большее, помимо критики. Несколько интересных идей, немного исторического контекста и научной информации, некоторые сведения об особенностях работы мозга и, может быть, хорошее альтернативное объяснение позволят вам продвинуться гораздо дальше, чем просто сослаться на отсутствие доказательств. Если ваша цель в том, чтобы быть конструктивным и побудить оппонента более серьезно задуматься над тем, во что он верит, тогда вам нужно вооружиться нижеследующими скептическими резюме наиболее популярных заблуждений. Если предложенный мною критический анализ покажется вам разумным, в дальнейшем пользуйтесь им при общении с людьми, которые верят во всякие странные утверждения. Если случилось так, что вы сами верите в какие-то из приведенных ниже утверждений, надеюсь, вам хватит открытости ума, чтобы дочитать до конца и должным образом поразмыслить над моими словами. Очень важно, чтобы вы правильно поняли меня. Я не пытаюсь убедить вас в какой-то своей собственной истине. Я лишь хочу помочь вам научиться мыслить самостоятельно и приходить к своим собственным умозаключениям. Поэтому читайте и думайте!

Необычное, непонятное и необъяснимое

Одно из наиболее распространенных качеств современного человека – *вера в необычные вещи, которые во многих случаях далеки от реальности*. Не то чтобы это универсальный закон, но близко к тому. Складывается впечатление, что мы просто удержаться от этого не можем. Кто-то что-то скажет, и обязательно найдутся готовые поверить. Разумеется, это касается не только современного человека. За последние несколько тысяч лет ситуация в этом плане вряд ли серьезно изменилась. Если бы у вас была машина времени и вы могли наугад попасть в любое время и в любое общество, можете не сомневаться, что вы там обнаружили бы множество людей, верящих в то, что выходит за рамки естественного мира, который мы видим перед собой. Объекты верований могут очень сильно варьироваться, но именно эта наша восприимчивость, желание или потребность во что-то такое верить не может не вызвать следующие интересные и важные вопросы: мы действительно живем в мире, переполненном призраками, богами и магическими феноменами, как это утверждают миллиарды верящих во все это людей, или может существовать более простое объяснение для большинства или для всех этих заявлений, передающихся из поколения в поколение; люди, которые верят в сверхъестественное, верно описывают реальный мир или ошибочно его интерпретируют? Одно можно сказать наверняка: даже в век науки вера в нас остается сильна. Согласно проведенному опросу, 75 % взрослых американцев утверждают, что верят хотя бы в один из популярных паранормальных феноменов, таких как привидения, Атлантида, экстрасенсорное восприятие, ясновидение, похищение людей инопланетянами, астрология и т. д. Эти люди верно или неверно реагируют на реальность? У нас есть некая фундаментальная потребность верить в необыкновенные вещи или это лишь дело привычки либо традиции? Если бы на протяжении хотя бы ста лет взрослые не учили своих детей верить в сверхъестественные феномены (и не влияли на них собственным примером), подобные суеверия исчезли бы? Наконец, стоит ли вообще поднимать эти вопросы, бросать вызов необычным верованиям? Надеюсь, что это не воспринимается как грубость, потому что я задаю все эти вопросы всю жизнь. Мне просто любопытно, я хочу как можно больше узнать о мире, в котором живу. И у меня нет желания сбиваться с этого пути, отвлекаться и тратить время на вещи, которых на самом деле не существует. Что в этом плохого? Большинство людей не хотели бы верить в то, чего нет. Многие из нас верят во всякие странные идеи просто потому, что видят в них истину, а если они окажутся неверными, то нам хотелось бы об этом знать, не так ли?

Намерения скептиков зачастую неверно истолковываются, поэтому сразу хочу объяснить, что я ни на кого не нападаю, никого не разоблачаю, когда пропагандирую научное и скептическое мировоззрение, а всего лишь рекомендую людям мыслить самостоятельно, исповедовать более

критический образ мышления ради их же собственного блага. Ведь никто же не хочет тратить время, деньги, а уж тем более всю свою жизнь на ложные убеждения. Верно? Ну вот я и хочу помочь людям. Мы все в одной лодке. Важно понимать, что скептицизм совсем не обязательно против НЛЮ, экстрасенсов и т. д. Если утверждения, касающиеся магии, пришельцев или чудес, являются справедливыми, тогда наука и скептицизм отнюдь не враждебны этим утверждениям. Совсем наоборот. Ученые и скептики приложили бы все силы, чтобы доказать справедливость этих экстраординарных утверждений.

Если мы хотим знать, что реально, а что нет, и не желаем тратить драгоценное время и ресурсы на вещи, которые почти наверняка являются вымыслом, то нам нужно все подвергать сомнению и прилагать все усилия к тому, чтобы отделить правду от неправды. Мы не можем просто поверить кому-то на слово, что в 1947 году под Розуэллом разбился космический корабль пришельцев или что Бермудский треугольник является паранормальной зоной смерти, поглощающей корабли и самолеты, только потому, что об этом написано в книжке или сказано по телевизору. Мы должны проверять все это. К счастью, у нас есть наука, которая хорошо со всем этим справляется. Сталкиваясь со всякими странными вещами в повседневной жизни, без колебаний обращайтесь к научным методам познания.

Задавайте вопросы. Это критически важный этап. Не следует пассивно воспринимать то, что вам говорят. Удивительное дело, сколь многие люди не решаются просто задать вопросы, когда сталкиваются с какими-то экстраординарными заявлениями. А ведь зачастую достаточно пары хорошо сформулированных вопросов, чтобы не оставить от этих заявлений камня на камне.

Наблюдайте. Внимательно смотрите и слушайте. Когда вам говорят, например, что «молитва исцеляет любые болезни», оглянитесь на окружающий мир. Если вы видите, что люди каждый день болеют и умирают, даже те, кто молится, может быть, в этом утверждении что-то не так?

Исследуйте. Нетрудно найти надежную информацию, касающуюся большинства экстраординарных утверждений, которые вам приходится слушать. Наведите справки, соберите факты. Если кто-то пытается продать вам магнитное белье, исцеляющее от запоров, утверждая, что об этом пишут в научных журналах, проверьте, действительно ли это так.

Экспериментируйте. Изыскивайте способы, позволяющие подвергнуть проверке услышанное утверждение, прежде чем довериться ему. Если астрологи искушают вас, проведите, к примеру, такой эксперимент: ежедневно в течение месяца случайным образом выбирайте гороскопы для разных знаков зодиака и применяйте их к себе. Насколько точно каждый из них описывает ваш характер и обстоятельства вашей жизни? Фиксируйте это каждый день. В конце месяца оцените, был ли гороскоп, относящийся к

«вашему» знаку, точнее прочих.

Делитесь идеями и выводами с другими людьми. Это хорошая возможность узнать что-то полезное от тех, кто в данном вопросе разбирается лучше вас. Чем больше хорошей информации вы имеете, тем лучше. Помните, что ваша цель состоит не в том, чтобы кого-то разоблачать и дискредитировать. Ваша цель – установить истину, какой бы она ни была.

Научный процесс не идеален, но все остальное – только хуже. Научный процесс объективен: он не зависит от того, кто вы, чем занимаетесь или где находитесь. Ваш возраст, пол, уровень дохода, образование, национальность, цвет волос, размер обуви не имеют никакого значения. Научный процесс просто работает. Если вы хотите лучше других уметь выявлять чушь и всякие заблуждения, тогда ваш первый шаг – думать! Мыслите так, как это делают ученые, и вы станете хорошим скептиком. Переходите в наступление, когда кто-то пытается внушить вам странные суеверия. Быть скептиком – это не значит присоединиться к какому-то клубу или политической партии, поклявшись вечно отстаивать свои убеждения в соответствии с согласованной программой. Хорошие скептики легко меняют свою точку зрения, если иная позиция подкрепляется более убедительными доказательствами. Вы должны быть преданы только одному – реальности.

Люди считают, что сверхъестественные вещи существуют. В любом обществе наблюдается высокий уровень веры в различные явления, которые можно назвать паранормальными. Как такое может быть, чтобы столь многие люди на протяжении всей истории человечества так сильно заблуждались? Ведь дыма без огня не бывает, верно? Но хорошему скептику нужно увидеть этот самый огонь. Дыма веры недостаточно, сколь бы много его ни было. Нам необходимо нечто большее, нежели мнение большинства, чтобы согласиться с утверждениями, которые выглядят совершенно необыкновенными и недоказуемыми. Популярность никогда не была надежной мерой истины и реальности. Давайте оглянемся на прошлое. Примеров того, как большинство людей глубоко заблуждались в отношении каких-то вещей, предостаточно. Обратимся к религии. Начиная от самой зары цивилизации, миллионы уникальных и противоречивых богов приходили и уходили. Если даже отталкиваться только от их биографий, не может быть такого, чтобы они все существовали. Логика и элементарная математика дают ясно понять, что, как минимум, большинство людей большую часть времени в отношении своих богов заблуждались. Одно это простое наблюдение показывает, что мы склонны конструировать магические и сверхъестественные феномены буквально из воздуха, а потом свято верить в них. От того, верите вы или не верите во что-то, это что-то не становится истиной. В прошлом бывали времена, когда, вероятно, 100 % людей отвергли бы идею дрейфа континентов, если бы им эту идею предложили: «Целые континенты плавают по Земле в море расплавленной лавы? Да вы с ума сошли!» Но наша вера в неподвижность континентов не остановила бы их

движение. Ни на дюйм, ни на секунду.

Реальность, которую мы наблюдаем вокруг себя снова и снова, существует независимо от наших убеждений. Одно это должно было бы сделать каждого человека рьяным скептиком. Мы знаем, что многие хорошие и умные люди могут заблуждаться, сколь бы тверды они ни были в своих убеждениях. Но разве не здравый смысл побуждает нас постоянно тестировать и пересматривать нашу систему убеждений? Старайтесь всегда помнить, что уже само то, что вы воспитывались в человеческом обществе, делает вас предрасположенным верить в вещи, которых, возможно, не существует или которые являются вымыслом. Поэтому всегда задавайте себе простые вопросы: реально ли это; почему я должен в это верить; могут ли все эти люди ошибаться? Перед рассудком и здравым смыслом трепещут лишь ложные убеждения, только они лопаются под воздействием скептического мышления.

Я бываю во многих странах и интересуюсь тем, во что верят разные люди. И постоянно сталкиваюсь с ошибочными представлениями о том, что означает быть хорошим скептиком. Складывается впечатление, что большинство людей считают скептицизм скучным, лишенным эмоций и алогичным образом мышления, который требует ни во что не верить, отрицать наличие всяких тайн и вопросов, не находящих ответов. Такой взгляд является ошибочным. Любой хороший скептик, понимающий и ценящий науку, знает, что окружающая нас бескрайняя Вселенная буквально напитана тайными и бесконечными вопросами. Когда мне говорят, что я не могу знать всего, в том числе и того, будут ли привидения и визиты НЛО однажды признаны наукой, я терпеливо объясняю, что ничего подобного и не утверждаю. Разумеется, те странные вещи, которые сегодня кажутся невероятными или невозможными, завтра могут оказаться твердо установленными фактами. И в этом одна из причин, почему я так люблю науку: она постоянно приводит нас к удивительным открытиям. Но в ожидании будущих открытий имеет смысл воздерживаться от веры.

Где же проходит граница между естественным (нормальным) и сверхъестественным (паранормальным)? Можно ли вообще утверждать, что такая граница существует, если теперь мы очень хорошо понимаем, насколько причудливой и непредсказуемой может быть сама природа? Кому нужны сверхъестественные призраки, когда у нас есть возможность с позиции науки доказать существование параллельных вселенных и существ, живущих рядом с нами, но в других измерениях? Кому нужна небезопасная магия, когда у нас есть совершенно реальная квантовая физика, от которой плавают мозги? Кому нужны экстрасенсы и ясновидящие, когда прикладная неврология позволяет реально читать эмоции, выявлять ложь и двигать материю силой мысли? Все сверхъестественные явления либо являются полной чушью, либо еще не нашли своего подтверждения. Никакой хороший скептик не станет автоматически противопоставлять себя всему, что может быть трактовано как паранормальное, потому что в один прекрасный день

что-то из этого может оказаться правдой. По большей части это все сомнительно, но кое-что является настолько же возможным, как и невозможным. Но что именно представляет собой истину? Как тут можно определиться? Что ближе к правде: демоны или призраки, похищение людей инопланетянами или Атлантида, большая часть альтернативной медицины или большая часть чудес? Как я могу принять решение поверить во что-то из этого, пока наука не нашла этому подтверждение? Я не могу заглянуть в будущее. Поэтому лучше сохранять скромность и открытость ума и воздерживаться от веры в странные, экстраординарные вещи, пока кто-нибудь не докажет, что они являются правдой.

НЛО

Ох, если бы только они оказались правдой! Если я когда-нибудь позволю желаниям, предубеждениям, эмоциям и фантазиям сломить сопротивление скептицизма и подчинить его себе, тогда НЛО станут, наверное, первым из экстраординарных и недоказанных феноменов, в которые я буду готов поверить. В своих лекциях и интервью я всегда повторяю, что надеяться и мечтать – это нормально. Человек может иметь живое воображение и при этом быть хорошим скептиком, в этом нет никакого противоречия. Пока вы знаете, где заканчивается знание и начинается надежда, проблем нет. Я, к примеру, могу признаться, что скептически отношусь к существованию НЛО, но сердцем верю в них. По некоторым причинам (об этом ниже) я не думаю, что инопланетяне на постоянной основе патрулируют нашу планету. Однако охотно допускаю, что они могут существовать, даже хотел бы этого. Возможность того, что где-то во Вселенной существует разумная жизнь, воодушевляет меня на установление контакта с разумными внеземными существами, по крайней мере, обнаружить их существование было бы для меня воплощением мечты. Но я стараюсь мыслить по-научному, а значит, отношусь ко всем подобным утверждениям скептически. Поэтому, прежде чем я соглашусь поверить в НЛО, то есть в то, что инопланетяне уже здесь, данная гипотеза должна выдержать испытание несколькими простыми вопросами. К сожалению, она этих испытаний не выдерживает. Но мой энтузиазм в отношении возможности существования инопланетян сохраняется.

Не все разделяют мою точку зрения по этому вопросу. Согласно одному из проведенных опросов, примерно четверть взрослых американцев верят, что внеземные существа в прошлом посещали Землю. Результаты совместного исследования, проведенного Национальным советом по науке и технике и Национальным институтом статистики и географии, показывают, что каждый третий взрослый американец думает, что инопланетяне находятся среди нас.

Поскольку я интересуюсь космическими исследованиями и наукой в целом и люблю поразмышлять о внеземных формах жизни, то постоянно

слежу за полетами космонавтов и за деятельностью астробиологов (ученых, которые занимаются вопросами, как могли бы выглядеть инопланетяне и где они могли бы существовать, если бы существовали) и за программой SETI (поиск внеземного разума). В 2012 году, приняв участие в организованной SETI радиопрограмме, посвященной наличию точек пересечения между вымышленными зомби и реальной наукой, я попросил устроить мне персональную экскурсию по Институту SETI. Антенная решетка Аллена, разумеется, располагается не в главном здании Института в Маунтин-Вью, штат Калифорния, и дело было в субботу, когда большинство офисов в здании закрыто, но для такого фаната, как я, это не имело значения. Мне было просто интересно пройтись по зданию и заглянуть в пустующие кабинеты Фрэнка Дрейка (автора знаменитого уравнения Дрейка, оценивающего количество внеземных цивилизаций) и Джилл Тартел (давнишней сотрудницы SETI, ставшей прототипом Элли из фильма «Контакт», которую сыграла Джоди Фостер). «В этом здании, – думал я про себя, – работают люди, пытающиеся ответить на один из самых важных вопросов, когда-либо стоявших перед человечеством: одни ли мы во Вселенной». Можно сказать, что большинство шестилеток в Диснеевских парках развлечений ведут себя более сдержанно и с большим достоинством, чем я в тот день в Институте SETI. Мои провожатые Сет Шостак и Барбара Вэнс были необыкновенно любезны и отвечали на все мои глупые вопросы.

Ближе к концу моей экскурсии я заметил интересный предмет на полке в кабинете Шостака. Это был фальшивый инопланетянин, заспиртованный в банке. Я был счастлив увидеть его. Мне кажется, Шостак тоже по складу ума скептик, но в душе человек верующий. Он занимает в SETI должность старшего астронома и является автором замечательной книги «Исповедь охотника за инопланетянами» («Confessions of an Alien Hunter»). Я много раз бывал на его лекциях, читал его книги, брал у него интервью и сам отвечал на его вопросы. Я убежден, что он не разделяет веру в НЛО, присущую миллионам людей. При том что он посвятил всю свою жизнь поиску инопланетян, он остается прежде всего ученым и скептиком. Шостак знает, что, раз нет доказательств, нет смысла и что-либо утверждать о существовании инопланетян. Но сама идея того, что инопланетяне могут реально существовать и даже быть уже среди нас, ему нравится. Он большой любитель научно-фантастических фильмов и держит в своем кабинете резиновую модель инопланетянина в качестве игрушки. В моей жизни тоже есть несколько инопланетян. Один из них прямо сейчас сидит на шкафу в моей спальне. Я хочу сказать о том, что людям, верящим в НЛО, следует понимать, что никто не пытается отнять у них то воодушевление, которое они испытывают в отношении возможности существования внеземного разума. Сохраняйте свой энтузиазм, но задумайтесь, не лучше ли ни на чем не основанную веру заменить научным мировоззрением и разумным скептицизмом?

Ключевые проблемы, связанные с верой в НЛО, обнаруживаются без

труда. Первая из них – это, конечно же, *полное отсутствие сколько-нибудь убедительных доказательств*. Утверждения насчет прилета инопланетян мустируются уже несколько десятилетий (а кто-то говорит о столетиях и даже тысячелетиях), но продемонстрировать в качестве доказательства ничего существенного сторонники этой идеи не могут. Никто так и не предъявил каких-либо свидетельств, материальных артефактов, внеземное происхождение которых было бы подтверждено наукой. Ничего не доказывающие истории, фотографии и видеозаписи – вот и все, что у нас есть. Свидетельств очевидцев гораздо больше, чем фотоснимков, но они убеждают еще меньше. Есть ставшая популярной благодаря Карлу Сагану аксиома: «Необыкновенные утверждения требуют необыкновенных доказательств». А утверждение, что космические корабли пришельцев парят над нашими головами, иначе как необыкновенным не назовешь. Так где же необыкновенные доказательства?

Вторая проблема, ставящая под сомнение веру в НЛО, состоит в том, что мы не можем доверять ни своему зрению, ни памяти. В главе 2 мы уже говорили о том, что человеческий мозг играет с нами злые шутки. Мы на самом деле видим не то, на что смотрим, а то, что показывает нам наш мозг, а он никогда не воспроизводит полную и точную картину происходящего. И не забывайте, что, когда мы о чем-то вспоминаем, это не то же самое, что включить запись. Мозг лишь заново рассказывает нам историю о том, что мы видели или что с нами происходило, основываясь на неполных образах и обрывках информации. Как и все пересказываемые истории, воспоминания раз от разу меняются и не всегда в точности соответствуют тому, что было на самом деле. Все это вещи неоспоримые и не вызывающие никаких кривотолков. Это фундаментальные научные знания, которые мы обнаружили в отношении самих себя, и они оказывают огромное влияние на утверждения, касающиеся НЛО.

Как можно доверять людям, утверждающим, что они видели космический корабль пришельцев, если мы знаем, что такие свидетельства в принципе нельзя принимать на веру? Поскольку человеческий мозг может быть источником весьма ненадежным, здравый смысл подсказывает, что без каких-либо объективных доказательств, помимо рассказываемых историй, принимать на веру феномен НЛО нельзя. Нам нужны материальные доказательства, что-нибудь вроде осколка внеземного космического корабля, который можно было бы передать для исследования ученым. А без этого (или хотя бы без предъявления пилота-инопланетянина, живого или мертвого) утверждения о наблюдении НЛО немногим отличаются от утверждений о наблюдении летающих призраков. Разумеется, я никого не отговариваю от дальнейшего исследования каких-то конкретных утверждений, которые кажутся заслуживающими внимания. Но, пока не будут предъявлены доказательства, считаю, что все-таки лучше тратить время на занятия наукой или, по крайней мере, на поддержку усилий,

предпринимаемых НАСА, астробиологами, астрономами (профессионалами и любителями) и специалистами, работающими в рамках проекта SETI. Эти люди помогают направить нашу любознательность в русло научной деятельности.

Альтернативная медицина

Альтернативная медицина – одна из тем, способных поставить в тупик любого скептика. Эта тема исключительно популярна, и сторонники защищают ее изо всех сил. Но боязнь спора – недостаточная причина, для того чтобы молчать, особенно если учесть, сколь многие люди каждый день страдают от своей веры в недоказанные наукой лекарства и методы лечения. Каждый, кто понимает, какими серьезными проблемами чревата альтернативная медицина, и кто сопереживает людям, не имеет иного выбора, кроме как подняться и выступить. Давайте на примерах вкратце рассмотрим, каким образом то, что называют альтернативной медициной, может вредить людям, а то и убивать их.

- Восьмилетняя Хелена Колитвенцев, страдавшая диабетом, умерла после того, как ее мать прекратила колоть ей инсулин по совету распространителя альтернативных форм терапии Лоренса Перри. Прежде чем познакомиться с Перри, мать перепробовала множество разных форм альтернативной медицины, включая иглоукалывание и инъекции эмбрионов акулы. Согласно материалам, представленным в суд, мать заявила, что Перри представился ей настоящим врачом. Он был в белом халате, имел при себе «медицинские инструменты» и сказал, что является консультантом правительства в области вирусологии. После смерти ребенка суд Северной Каролины признал Перри виновным в непредумышленном убийстве и медицинской практике без лицензии.

- Согласно результатам исследования, проведенного сотрудниками Гарвардского университета, примерно 365 тысяч жителей ЮАР, инфицированных ВИЧ, преждевременно умерли в период с 2000 по 2005 год из-за решения правительства пропагандировать альтернативные методы лечения в ущерб научно обоснованным.

- В ходе исследования с участием африканцев, страдавших скоротечной почечной недостаточностью, было обнаружено, что у многих из них это серьезное заболевание развилось вследствие использования вредных препаратов, предлагаемых альтернативной медициной.

- При опросе пакистанских женщин, у которых были обнаружены опухоли в груди, но которые не поспешили обратиться за рекомендованной помощью, выяснилось, что в 34 % случаев женщины не получили надлежащей медицинской помощи, потому что предпочли альтернативные методы лечения, в частности гомеопатические препараты и «духовную терапию». Ясно, что любое промедление с лечением в такой ситуации может привести к осложнениям и даже летальному исходу.

Альтернативная медицина далека от того, чтобы считаться безопасной, что бы ни говорили ее сторонники. Справедливости ради следует отметить, что недоразвитый скептицизм – это не единственная проблема. Во многих случаях, особенно в развивающихся странах, народные средства и традиционные методики могут быть единственно доступными для людей. Но факт остается фактом: альтернативная медицина наносит людям вред.

Важно иметь в виду, что эта проблема практически не связана с уровнем интеллекта или образования. Любой человек может клюнуть на необоснованные заявления проповедников комплементарной и альтернативной медицины. Лучший способ не попасться на этот крючок – мыслить по-научному и твердо держаться скептицизма. Быть умным в обычном смысле этого слова недостаточно. Никто не назвал бы владельца «Apple», гения высоких технологий Стива Джобса глупцом, однако он, возможно, раньше срока расстался с жизнью, прибегнув к альтернативной медицине в целях лечения рака поджелудочной железы. Джобс говорил потом, как он жалел, что потратил критически важное время на такие вещи, как гидротерапия, иглоукалывание, траволечение и даже экстрасенсорное воздействие. Близкий друг Джобса Дэвид Келли заявил в одном из телевизионных интервью в 2013 году, что незадолго перед смертью Джобс сказал, что неправильное лечение убило его и что ему следовало больше доверять медицинской науке. Биограф Уолтер Айзексон говорит, что Джобс выражал такого рода сожаление и в разговорах с ним. Таким образом, не имеет значения, насколько вы умны, популярны или богаты. Альтернативная медицина способна заманить в свои сети каждого, кто не является хорошим скептиком.

Одной из популярнейших форм комплементарной и альтернативной медицины является гомеопатия. Я обстоятельно исследовал эту тему для одной из своих предыдущих книг и обнаружил, что многие люди верят, по их словам, в гомеопатию и используют предлагаемые ею методы и средства, хотя почти ничего не знают о том, что это такое и каким образом это может им помочь. Может, им понравилась упаковка или посоветовал кто-то из знакомых, поэтому они решили купить препарат? Хитроумный маркетинг и слухи не должны определять ваши решения относительно здоровья.

Гомеопатия восходит к немецкому врачу Самуэлю Ганеману, который изобрел данную методику в конце X VIII века. Придуманное им «лекарство» – это обычная вода. Просто вода. Ничего, кроме воды, в ней нет. Мне попадались гомеопатические препараты в форме пилюль, но ничего сколько-нибудь значительного в них тоже не оказывалось. Фундаментальная идея гомеопатии состоит в том, что вода способна «запоминать» действующее вещество, содержавшееся в первоначальном отваре, и (что противоречит логике) чем сильнее вы разводите первоначальный раствор водой, тем более сильнодействующим он становится. Большинство гомеопатических средств разведены до такой степени, что от активного вещества там *ничего не*

остается ! Я ничего не придумываю. Типичная доза разведена настолько, что нужно выпить 25 тонн препарата, чтобы иметь шанс поймать одну молекулу действующего вещества.

Даже если оставить в стороне вопрос о чрезмерном разведении препаратов, сомнения вызывает и логика отбора самих действующих веществ. Ганеман считал, что вещество, вызывающее симптомы, схожие с симптомами той или иной болезни, помогает исцелить эту болезнь. Так, если пациента тошнит, нужно дать ему малую дозу того, что вызывает тошноту, и этого будет достаточно, чтобы заставить работать защитные силы организма, избавляющие от тошноты. (Под *малой дозой*, разумеется, здесь понимается *ничто*.) На первый взгляд это напоминает принцип действия прививок, в эффективности которых сомнений нет. Но на самом деле здесь иная ситуация. Вакцины призваны помочь организму выработать иммунитет, борясь против самих веществ, вызывающих болезнь, а не против симптомов болезни. Вакцины содержат действующее вещество, и их эффективность доказана наукой: они спасли сотни миллионов жизней. Что же касается утверждения, что гомеопатическая вода «запоминает» действующее вещество, которое в ней было когда-то, но теперь отсутствует, то это противоречит всем нашим нынешним знаниям о воде. Это в крайней степени экстраординарное заявление, и химикам с физиками было бы очень интересно посмотреть на доказательства такого утверждения. Но пока нам предлагается лишь принять это на веру.

В ближайшей ко мне аптеке имеется широчайший выбор такого рода продуктов. В аптеках стран Карибского бассейна и в Европе этих препаратов тоже предостаточно. Если верить рекламе, гомеопатическая вода может использоваться практически от любых болезней. Я видел маленькие пузырьки с гомеопатической водой для лечения послеродовой депрессии, надпочечниковой усталости, гриппа, тревожности, малярии, синдрома дефицита внимания, псориаза, болей в суставах, депрессии, мигрени, бессонницы и многих других заболеваний, а также для заживления ран. При всех своих недостатках гомеопатия кажется некоторым слишком научным методом. В одном из калифорнийских супермаркетов я недавно обнаружил витрину с аналогичной продукцией, изготовленной из «живой воды», там было указано, что этот препарат творит чудеса и по своей эффективности и универсальности значительно превосходит большинство гомеопатических лекарств. Оказывается, выбрав правильный пузырек и используя его в точном соответствии с инструкцией, можно избавиться даже от таких недугов, как «сомнения», «чувство одиночества» и «низкая самооценка». Несколько недель спустя я упомянул об этом своем открытии, когда выступал перед студентами-психологами в Дартмутском университете, и один из студентов заявил, что знает еще одно такое же лекарство. «Оно называется пиво», – сказал он. Но в пиве, согласимся, есть действующие вещества, оно действительно помогает.

Справедливости ради должен признать, что широко распространенное

мнение о безвредности гомеопатических препаратов по сравнению с традиционными лекарствами является абсолютно правильным. Конечно, они безвредны, ведь это простая вода! Когда «лекарство» не содержит ничего, кроме воды, риска побочных эффектов или физического привыкания практически нет. Правда, и не лечит такое лекарство ничего, к сожалению. Но если сами гомеопатические препараты безвредны, то вот *вера* в гомеопатию вредит людям и даже губит их. В Австралии врач-гомеопат и его жена позволили своему грудному ребенку умереть медленной и мучительной смертью только потому, что предпочли нормальной медицине альтернативную. Томасу Сэму, практикующему гомеопату, настоятельно советовали обеспечить ребенку, страдавшему серьезным кожным заболеванием, надлежащий медицинский уход, но он отказался. Вера родителей в силу гомеопатии была так сильна, что не дрогнула даже тогда, когда волосы ребенка побелели, тело сморщилось, кожа начала кровоточить, а роговика в глазах расплавилась. Ребенок страдал от боли и часто кричал. После нескольких месяцев мучений девочка умерла. Оба родителя (имевшие, между прочим, высшее образование) были признаны виновными в небрежном обращении с ребенком. Отца приговорили к шести годам тюрьмы (при максимально возможных восьми годах), мать получила максимально возможный срок: пять лет и четыре месяца.

Схожий случай был в Японии в 2012 году. Ребенок умер от субдуральной гематомы, потому что акушерка, не посоветовавшись с родителями, решила вместо прописанного врачом витамина К давать ребенку гомеопатическую воду. Сама по себе гомеопатическая вода, может быть, и безвредна, но, если подменять ею настоящие лекарства, это порой дорого обходится.

Не хочу заходить слишком далеко и запугивать читателя опасностями альтернативной медицины. Да, иногда альтернативная медицина вредна и даже губит людей. Но нельзя сказать, чтобы люди умирали, выпив волшебной водички или побывав у очередного шарлатана. Все-таки в большинстве случаев альтернативная медицина сама по себе безвредна. Однако, помимо того что люди зря тратят деньги на услуги такого рода специалистов и рекомендуемые ими средства и, быть может, подвергают риску свое здоровье, существует все же и серьезная проблема. Альтернативная медицина представляет собой еще один толстый пласт современного иррационального мышления, отодвигающего на задний план и заглушающего голос науки и скептицизма. Ни на чем не основанная вера в альтернативную медицину – это один из факторов, способствующих иррациональному образу мышления, этому проклятию рода человеческого. Говоря это, я не нападаю на людей, которые верят в альтернативную медицину, я нападаю на предмет их веры. Давайте рассмотрим нижеследующее описание одной из форм альтернативной медицины:

Цветочная терапия – это форма энергетической медицины, где под действием чистой энергии происходят изменения в энергетическом поле клиента. Лечение при помощи эссенций цветов является продолжением проверенного временем традиционного траволечения и успешно используется уже более 60 лет, возвращая людям и животным душевный баланс и здоровье.

Продукты цветочной терапии я видел на полках трех крупных и весьма известных супермаркетов, расположенных менее чем в десяти минутах езды от моего дома. В таких магазинах место на полках не выделяется на что попало, значит, данные продукты кто-то покупает. На одной из этикеток я прочитал, что эта форма терапии может применяться для избавления от «страха», «маний», «фобий» и «нетерпения». В эффективности сомневаюсь, но и вреда, наверное, нет никакого, кроме нескольких зря потраченных долларов. Ведь, если выпить или понюхать немного цветочной эссенции, как это может навредить? Проблема в другом: альтернативная медицина подталкивает людей к тому, чтобы они верили, не требуя никаких доказательств, и принимали любые идеи, не раздумывая. Она поощряет и подкармливает культуру легковерия. Покажите мне человека, который верит в то, что цветочная терапия так же эффективна, как это утверждается в рекламе, и я покажу вам человека, который способен поверить практически во что угодно, лишь бы это было красиво упаковано и подано так, как ему нравится. Вера в альтернативную медицину является одновременно симптомом и причиной иррационального мышления.

Но альтернативная медицина натуральная. Аргумент «натуральный – значит более безопасный» достаточно популярен, но это не означает, что он не требует небольшого критического разбора. Во-первых, не каждая форма альтернативной медицины, квалифицируемая как «натуральная», является безопасной. Среди них могут быть и вредные. В любом случае понятие «натуральный» никоим образом не равнозначно понятию «безопасный». Яд гадюки тоже натуральный, но едва ли вы захотите вводить себе его в кровь, да и вообще брать ее в руки. Что может быть естественнее, чем вода? Но, если выпить ее слишком много, последствия могут оказаться плачевными.

Официальная медицина тоже далека от совершенства. Обычная тактика тех, кто продвигает различные формы комплементарной и альтернативной медицины, – переключать с больной головы на здоровую: обвинять традиционную, основанную на научных свидетельствах медицину в том, что она тоже несовершенна. Она тоже наносит людям вред и тоже их убивает. Согласен. Некоторые лекарства имеют весьма губительные побочные эффекты. Не все врачи компетентны. Иногда медицинская наука просто бессильна вылечить болезнь и как-то помочь пациенту. И верно также то, что во многих медицинских учреждениях прием пациентов поставлен на поток, ни о каком индивидуальном подходе к пациентам нет и речи, так что

посещение врача можно уподобить посещению станции техобслуживания. Многие из критических стрел, запускаемых поборниками альтернативных форм медицины в сторону традиционной медицины, являются совершенно справедливыми. Может быть, именно потому, что она слишком сосредоточена на поиске способов борьбы с травмами и болезнями, медицинская наука во многом теряет из виду пациента как индивида. Нередко врачи забывают о том, что мы живые люди, а не просто комбинация требующих ремонта органов. У нас есть чувства и страхи, которые зачастую врачами игнорируются. Кроме того, лечению болезней или купированию симптомов уделяется значительно больше внимания, нежели профилактике заболеваний. В традиционной медицине есть масса проблем, но это вовсе не прибавляет очков альтернативной медицине. Каковы ни были бы недостатки у традиционной медицины, это отнюдь не доказывает эффективность гомеопатии, рефлексологии и ушных свечей.

Другая важнейшая проблема альтернативной медицины коренится в проблемах интерпретации. Определение причин тех или иных явлений – это зачастую наше слабое место. Например, человек заболевает, идет к врачу, но одновременно с этим принимает препараты альтернативной медицины. И когда он выздоравливает, то не врача и не прописанное им лекарство благодарит за это. Впрочем, может быть, с течением времени организм сам переборол болезнь и выздоровел. Но такую возможность наш пациент тоже во внимание не принимает. Он говорит каждому, кто захочет его слушать, что его вылечила альтернативная медицина, хотя знать это наверняка он никоим образом не может.

Я никогда в жизни не принимал альтернативные препараты, но до сих пор выздоравливал, сколько бы мне ни приходилось болеть. Однако если бы я хоть раз попытался лечиться при помощи альтернативной медицины и выздоровел, то это могло бы заставить меня поверить, что именно альтернативная медицина помогла мне, хотя точно знать этого я не могу. К сожалению, проблема невозможности определить, где чьи заслуги, не мешает людям распространять слухи о том, как такой-то настой из трав вылечил такого-то знакомого, а распухшее колено у дяди Джо перестало болеть после нескольких сеансов бесконтактного массажа. И это рождает другую проблему: такие истории легко рассказывать, в них легко поверить. Поэтому они ни в коем случае не должны служить основой для принятия решений о выборе наилучших методов лечения травм и болезней. Всегда помните про *объем выборки*. Было ли то или иное утверждение должным образом проверено на достаточном количестве пациентов, чтобы делать такие-то выводы? Услышать от нескольких людей там и сям, как им помогла альтернативная медицина, недостаточно. Случайные свидетельства не могут удовлетворить тех, кто действительно хочет разобраться в правде и реалиях жизни. Существуют очень серьезные причины, почему ученые, занимающиеся разработкой новых лекарств и методов лечения, не довольствуются тем, что находят одного-двух испытуемых, которые

положительно реагируют на новый препарат, не спешат объявить на весь свет, что новое лекарство эффективно, и начать поставлять его в аптеки. Методы тестирования и объем выборки испытуемых имеют очень большое значение. Единственный способ узнать все необходимое о лекарстве – это исследовать его по всем правилам науки. Полной гарантии это не дает, но все-таки это лучше, чем что-либо другое. В большинстве случаев необходимо проводить исследование с привлечением множества людей, из которых одни принимают исследуемый препарат, а другие – плацебо (к примеру, сахарные таблетки), причем те и другие выбраны случайным образом и ни ученые, ни испытуемые не знают, кто что принимает, пока эксперимент не завершится. Таким образом (есть надежда) удастся избежать всякого рода необъективности и определить действительную эффективность лекарства.

Когда вы слышите о какой-то форме альтернативной медицины, которую воспевают торговый агент, друг или член семьи, всегда полезно вспоминать об эффекте плацебо. Этот удивительный феномен абсолютно реален, и именно им во многих случаях объясняется частичный успех, достигаемый разного рода шарлатанами от медицины. У некоторых людей в отдельных случаях здоровье улучшается и болезнь отступает после употребления мнимых лекарств (или применения процедур, не имеющих реальной медицинской ценности) под видом настоящих. Этот феномен задокументирован, но понят учеными еще не вполне. Однако проблема, которую вы должны иметь в виду, заключается в том, что эффект этот непостоянен и непредсказуем, поэтому, даже если наблюдается какое-то изменение к лучшему, его может оказаться недостаточно, чтобы за счет одного только этого победить болезнь. Поэтому эффект плацебо – это не то, на что можно положиться.

В конечном счете, я думаю, лучший способ показать людям, что не так с альтернативной медициной, – это просто дать ей четкое определение. Если бы в большинстве своем мы понимали, почему альтернативную медицину так называют, ее популярность резко пошла бы на спад. Эффективность комплементарной и альтернативной медицины *не доказана*. Поклонникам ее не следует воспринимать это как несправедливую критику, поскольку это голая правда. Когда альтернативная медицина будет открыто подвергнута испытанию на эффективность и научно будет доказана ее полезность, тогда она станет просто *медициной*. Поэтому комплементарную и альтернативную медицину по праву следовало бы называть *недоказанной медициной*, не более того. Когда мы называем ее как-то иначе, то вводим людей в заблуждение, потому что они оказывают ей больше доверия, чем она заслуживает. Давайте внесем ясность: то, что медицина *недоказанная*, совсем не означает, что она не работает. Не сомневаюсь, что существуют альтернативные лекарства и формы терапии, позитивное воздействие которых на организм человека значительно превосходит эффект плацебо. Но проблема в следующем: мы не знаем, что именно работает, пока кто-нибудь

не выяснит это при помощи научного метода.

Привидения

Я стою один в прихожей «самого богатого привидениями дома в Америке», и через пять минут начнется что-то ужасное. Дом Уэйли – особняк XIX века в неогреческом стиле в Старом городе Сан-Диего, когда-то он был жилым домом, а затем в нем разместился суд. Он хорошо сохранился как историческая достопримечательность и очень популярен у туристов. Прежде чем приступить к исследованию дома, я у входа поговорил с женщиной, свято верящей в привидения, которая с восторгом рассказала мне, что ей встретился там призрак бывшего владельца дома Томаса Уэйли. Умерший еще в 1890 году, Уэйли, как гласит поверье, до сих пор шныряет по комнатам своего дома.

«Призраки в этом доме определенно есть, – сказала она. – Я вдруг ощутила ледяной холод. Жутко испугалась, закрыла глаза и тут вдруг отчетливо поняла, что он где-то рядом. Я буквально почувствовала, как он прошел сквозь меня, и так напугалась, что не могла пошевелиться, хоть и была готова к тому, что что-то такое должно случиться. А потом что-то почувствовала в волосах. Он дотронулся до моей головы. Вы не поверите, что я при этом ощутила. Это было чистое прикосновение смерти. Там точно кто-то есть. Целое семейство. Думаю, они прикованы к своему дому. Их присутствие чувствуется. Такое впечатление, что они никогда не покидают свой дом».

Отличная история. Дополнительный балл за драматичное изложение. Хорошо, что я не верю в привидения, иначе и близко не подошел бы к этому дому.

В Доме Уэйли чисто, и для своего возраста он находится в превосходном состоянии. Он бесконечно далек от стереотипного дома с привидениями, старого, покрытого пылью, заросшего паутиной. Обстановка больше напоминает усадьбу Монтичелло, нежели Амитивилль, скорее, семейку Брейди, чем семейку Адамс. Но здесь мне предстояло подвергнуть проверке свою стойкость перед внушением. Я могу быть убежденным скептиком, но все-таки я человек, так что последнее, что мне нужно было, – это слушать жуткие истории о привидениях из уст любительницы всего паранормального, перед тем как самому войти в «самый богатый привидениями дом Америки». Что-то произошло со мной в тот день, и я не сомневаюсь, что это связано с тем, что та дама пощекотала своим рассказом мое миндалевидное тело (мозговой центр страха). Ладно, поберегу ваши нервы, привидений я не увидел. Мистер Уэйли не напустил на меня холода, не дотрагивался до моей головы, не проходил сквозь меня. Да, я не нашел никаких оснований пересматривать свою точку зрения относительно существования призраков. Но я *почувствовал присутствие*.

Мозг с привидениями. В тот день в Доме Уэйли наплыва посетителей не наблюдалось. Только несколько человек спускались вниз по лестнице, а наверх я шел в одиночку. Но действительно ли я был один? В одной из хорошо сохранившихся спален увидел старую одежду, книги, перо, расческу на туалетном столике и т. д. Экспозиция была превосходная. Складывалось впечатление, что супруги Уэйли где-то рядом и могут в любой момент вернуться в свою комнату и улечься спать. Странности начались в детской.

В старом кресле-качалке сидит маленькая кукла. Этот бездушный маленький демон неотрывно смотрит своими маленькими черными глазками. Забудьте про дом, одна эта кукла по силе воздействия стоит дюжины романов Стивена Кинга. И тут вдруг совершенно неожиданно вспышка яркого света. Я оборачиваюсь: никого и ничего. Сбросив с себя оцепенение, начинаю соображать, что это, должно быть, лучи солнца, отразившиеся от стекла проезжавшего автомобиля. Счастье, что я придумал возможное объяснение, иначе это мучило бы меня целый день. Да, признаюсь: сердце мое учащенно бьется, благодаря приливу адреналина я немножко на взводе. Иду дальше, и мой мозг постепенно начинает наводняться призраками. Глядя вдоль коридора, представляю себе семейство Уэйли, которое жило здесь в XIX веке. «Вижу» играющих детей, разговаривающих, спорящих, их родителей. Потом задумываюсь над тем фактом, что они все давно мертвы. Что ж, я не зря заплатил деньги за возможность прийти сюда. Я вижу мертвецов, но только у себя в голове. Они действительно здесь? Может, и правда существует семья призраков, которые сейчас плывут по воздуху мимо меня? Может, но я сомневаюсь, потому что здесь, в Доме Уэйли, как и в любых других домах с привидениями, никаких доказательств существования привидений нет.

Любую искреннюю историю встречи с призраками можно объяснить как обман зрения и слуха или как странные ощущения, переживаемые людьми, когда они дают волю воображению и нормальным человеческим страхам. Миллиарды людей могут утверждать, что привидения реально существуют, но ни один из них доказать этого не может. Большинство из тех, кто верит в привидения, наверное, даже не осознают, что они мало чем отличаются от скептиков, когда ощущают этот исподтишка пробирающий их озноб, когда чувствуют присутствие чего-то или пугаются от неожиданного видения или звука. Я пережил все это в течение пятнадцати минут, хотя ни на секунду не допустил даже мысли о том, что привидения реально существуют.

Может быть, вам интересно, многие ли люди верят в привидения? Многие. Согласно проведенному опросу, 42 % взрослых американцев верят в существование призраков. Среди детей доля верящих намного выше. Около 20 % взрослых американцев утверждают, что бывали или даже сами живут в домах с привидениями.

Думаю, верящим в привидения следует иметь в виду, что в плане «доказательства» существования призраков лучшее, на что мы можем опираться, – это свидетельства очевидцев. Не стану приводить причины,

почему не следует доверять таким свидетельствам. Лучше давайте задумаемся над тем, что в очень многих таких случаях люди видят или слышат *что-то*, а потом интерпретируют это *что-то* как привидение. Вспомните женщину, с которой я разговаривал перед входом в Дом Уэйли. Она не утверждала, что видела Томаса Уэйли или слышала его голос. Она сказала лишь, что «почувствовала его присутствие» и «знала, что это был он». Не кажется ли вам, что речь идет не более чем о разыгравшемся воображении? Я не осуждаю ее за подобные ощущения и переживания. Такая реакция в определенных обстоятельствах является настолько распространенной, что ее можно признать нормой. Ведь и мне простая вспышка отраженного света и сидевшая в кресле кукла взвинтили нервы до предела, пусть и на короткое время.

Чтобы быть хорошими скептиками, которых нелегко заставить поверить в то, чего нет, мы должны противиться искушению предлагать готовые ответы в тех случаях, когда ответов нет. Возьмем, например, классическую ситуацию, связанную с домом, населенным привидениями: человек лежит в постели и слышит пугающие звуки, доносящиеся из коридора или из другой комнаты. Может, это деревянный пол скрипит или дребезжит что-то, напоминая звон цепей. Миллионы историй о привидениях порождены такими вот звуками. Неважно, что сами дома, особенно старые, способны производить множество разных звуков по множеству разных причин. Может, мышь скребется за стеной или где-то сквозит... Но знаете что? Неопознанный звук – это *неопознанный звук*, не более того. Хороший скептик не должен делать вид, что он знает то, чего не знает. Это же правило применимо к наблюдениям. Если человек видит таинственную тень, движущееся облачко тумана или неожиданную вспышку света (вроде той, что видел я), нельзя думать о привидении в качестве оправданного объяснения происходящего, если нет других доказательств. Своими историями о призраках со мной делились многие, знакомые и незнакомые, но, по моим оценкам, примерно в 90 % случаев речь шла о неопознанных видениях или звуках, которые были *интерпретированы* как привидения. Люди охотно признавались, что не могут утверждать, что отчетливо видели привидение с человеческим лицом, которое якобы стояло или парило в воздухе перед ними и рассказывало о тяжелой судьбе призраков. Большинство «встреч» с привидениями в реальной жизни никоим образом не напоминает «Рождественскую песнь» Чарльза Диккенса, где мы четко видим духов и можем разговаривать с ними. В реальной жизни речь идет не более чем о неопознанных видениях и звуках, которые интерпретируются как призраки.

Наверное, стоит добавить, что я вовсе не против привидений. Но я ратую за реализм. Я вовсе не возражаю против историй с привидениями как основы для всякого рода кинокомедий и триллеров. Не вижу ничего плохого в том, чтобы в рамках разумного использовать наш страх перед смертью как повод к хорошей эмоциональной встряске посредством искусства. Всякие

страшные истории близки и дороги нашему сердцу. Например, я часто возжу своего сына на *фестиваль ужасов* «Monsterpalooza», который ежегодно проводится в Бербанке, пригороде Лос-Анджелеса. Привидения там забавные, монстры прикольные. Только, думаю, надо понимать разницу между фантазией, реальностью и неизвестностью. Можно быть скептиком и при этом любить истории о привидениях. Ничего зазорного в этом нет. Страх – ужасное, нежеланное чувство, которого мы избегаем любой ценой, но, бывает, сами ищем возможности пощекотать нервы. Американские горки, фильмы ужасов и романы-триллеры пугают нас, но так, как нам это нравится. И испугаться время от времени случайной тени или таинственного стука тоже беда небольшая. Такие вещи поддерживают нас в тонусе, напоминают, что мы живые и хотим оставаться живыми. Только всегда старайтесь проводить черту между правдой и вымыслом, между известным и неизвестным.

Похищение людей инопланетянами

Случалось ли вам обнаружить на своем теле синяк и не знать при этом, откуда он взялся? Может быть, это последствие травмы, нанесенной вам инопланетянами, когда они похитили вас ночью, пока вы спали, чтобы подвергнуть исследованиям и экспериментам на борту своего космического корабля? Такое возможно. Нельзя исключить, что они стерли воспоминания об этом происшествии из вашей памяти. Последнее время вы как будто немножко не в себе? Чувствуете, что что-то в вас не так, но не можете понять, что именно? Вероятно, стоит обратиться за помощью к гипнотерапевту, который специализируется на восстановлении памяти после травматических событий, таких, например, как встреча с пришельцами.

После нескольких сеансов гипнотерапии вы сможете четко вспомнить многие подробности того, что происходило с вами в ту ночь, когда инопланетяне утащили вас, чтобы творить всякие невообразимые ужасы с вашим телом. Теперь, зная, что с вами произошло, вы чувствуете себя несколько лучше, но воспоминания о произошедшем все равно не оставляют вас.

Данный сценарий может показаться странным и невероятным большинству из нас, но это не шутка. Есть люди, которые искренне верят, что с ними происходило нечто подобное, и это является для них постоянным источником душевных страданий и тревоги. Некоторые включают в свою историю подробный доклад об ужасных экспериментах, которым их подвергали и которые больше напоминают пытки и даже изнасилование. У кого-то брали пробы спермы или яйцеклеток, кому-то имплантировали зародышей инопланетян или какие-то технические устройства. Разумеется, скептический взгляд на все это заключается в том, что дело здесь, скорее всего, не в пришельцах. Можно предположить, что все это – результат наложения факторов буйного воображения, сомнительной психотерапии,

влияния культуры и восприимчивости человеческой памяти к внушению. Как свидетельствуют данные проведенного опроса, примерно четыре миллиона американцев верят, что им случилось «видеть яркие огни и наблюдать на своем теле необычные знаки, указывающие на возможную встречу с инопланетянами». Это означает, что *многие люди* полагают, будто их похищали инопланетяне или они были близки к этому. Нельзя забывать при этом и о всех тех, кто верит, что такое происходило с другими.

Ради справедливости по отношению к людям, которые верят, что их похищали, считаю важным уточнить, что психическое здоровье или уровень интеллекта и образования здесь вроде бы большого значения не имеют. Об этом важно упомянуть по той причине, что зачастую истории с похищением становятся в наши дни объектом шуток, причем не только на бытовом уровне, но и в голливудских фильмах. Будьте осторожны. Прежде чем смеяться над кем-либо, имейте в виду, что нечто похожее могло бы случиться и с вами. Слышали когда-нибудь о феномене сонного ступора (паралича), сопровождающегося галлюцинациями? Ему подвержены 20 % взрослого населения. Задумайтесь над этой статистикой: это же каждый пятый. Это много. И кто знает, не окажетесь ли вы следующей жертвой данного феномена? Когда мы засыпаем, мозг обычно ограничивает нашу способность двигаться, чтобы мы всю ночь не молотили себя по голове руками. Когда просыпаемся, мозг высвобождает тело из этого состояния частичного паралича. Но иногда у некоторых людей бывает так, что мозг пробуждается раньше, чем освобождается тело. Частично проснувшийся человек пребывает в полудреме, а пошевелиться не может. Добавьте к этому продолжающиеся сновидения или галлюцинации, и у вас будут предпосылки, чтобы пережить настоящий кошмар.

У меня есть близкая подруга, у которой несколько раз было нечто подобное, правда, без галлюцинаций и кошмаров. По ее словам, она очень хорошо понимает, как легко можно перепутать сон и реальность, находясь в таком состоянии. Она также говорит, что, не будучи способной пошевелиться, могла слышать звуки и ощущать запахи. К счастью для нее, этого ей хватило, чтобы осознать, что паниковать не стоит, а надо вернуться ко сну или, наоборот, стряхнуть с себя сон и проснуться окончательно. Ясно, что сонный ступор представляет собой реальный феномен, идеально подготавливающий почву для фантазий с похищением вас инопланетянами. Но откуда же берутся конкретные и зачастую весьма детализированные воспоминания о пришельцах, космических кораблях и ужасных экспериментах? Это легко объяснить, разобравшись в том, как функционирует человеческий мозг.

Как мы видели в главе 2, память может обманывать нас. Вопреки расхожему мнению воспоминания никоим образом не похожи на видеозапись, сделанную раз и навсегда, а затем проигрываемую. На самом деле они представляют собой сложный процесс *конструирования историй* о том, что могло происходить, а могло и не происходить в вашем прошлом. Не

консультируясь с нами на сознательном уровне, мозг создает таким образом воспоминания, которые мы ощущаем на 100 % точными и надежными. Но на самом деле эти кадры сильно отредактированы, очищены от всего, что не является на данный момент важным и полезным для нас. Какие-то события могут добавляться, причем независимо от того, происходили они с вами в то время или в другое, или происходили с кем-то другим, или не происходили вовсе. На нашу память сильное влияние могут также оказывать истории, которые мы слышим, книги, которые читаем, фильмы, которые смотрим, и т. д. Понятно, что психотерапевт, который верит в похищения и думает, что именно это произошло с его клиентом, тем самым поможет клиенту сочинить соответствующие воспоминания, подтолкнет его к этому.

Говорили ли мы о том, что никто никогда не был похищен инопланетянами? Нет, конечно. Сколь бы невероятным и неправдоподобным это ни выглядело, такая возможность все-таки существует. В конце концов, Вселенная необъятна. Насколько мы знаем, в посещении пришельцами нашей планеты нет ничего невозможного. А если это так, то они вполне могли бы взять несколько человек на исследование, как энтомолог, оказавшийся на берегах Амазонки, может захватить с собой для более пристального изучения нескольких муравьев неизвестного науке вида. Однако отсутствие строгих доказательств в сочетании с тем, что нам известно об обманчивости памяти, позволяет понять, что рациональным образом убедительно защитить такое умозаключение невозможно.

Наконец, стоит отметить, что в этих историях об инопланетянах, среди ночи вторгающихся в спальни и похищающих людей, ничего нового нет. Разница лишь в том, что в современных версиях этих историй они припарковывают свои летающие тарелки на лужайке перед домом. Просто привидения и гоблины из нашего прошлого подстраиваются под новую эпоху, эпоху космических полетов, эпоху высоких технологий. Скептически относящийся к историям о похищении людей Карл Саган писал: «Из древнегреческой мифологии у нас были демоны и боги, которые спускались на землю и спаривались с людьми, а в эпоху Средневековья появились инкубусы и суккубусы, которые насиловали людей, пока те спали. У нас были феи, а теперь их сменили инопланетяне. Мне все это кажется очень знакомым».

Бигфут и криптозоология

Криптозоология – это «наука» о мифических или неизвестных зоологам животных, таких как драконы, лохнесское чудовище, йети (снежный человек) и бигфут. Криптозоологию правильнее отнести к числу псевдонаук, потому что она опирается на процесс познания, прямо противоположный научному. Поклонники криптозоологии начинают с твердого вывода («эти животные определенно существуют») и пытаются собрать доказательства и аргументы в его пользу. Ученые действуют не так. Научный процесс познания требует

привести доказательства, прежде чем делать выводы. Исследователи могут выдвигать самые невероятные предположения и гипотезы, которые могут подвигнуть их к поиску необычных, неизвестных науке животных, и в этом нет ничего плохого, но они не утверждают, что *знают*, что такое-то неизвестное животное существует, пока не смогут это *доказать*.

Несмотря на то что за многие годы поисков энтузиастам существования бигфута так и не удалось доказать свою точку зрения, 16 % взрослых американцев считают существование бигфута *абсолютно* или *вероятно* реальным. Однако, прежде чем приступить к анализу веры в бигфута, хочу уточнить, что, хотя речь идет об очередном необыкновенном утверждении, справедливость которого представляется крайне маловероятной, мне *очень хотелось бы*, чтобы это оказалось правдой. Я был бы счастлив однажды услышать в новостях, что наконец-то поймали живого бигфута или хотя бы обнаружили его труп. Когда я вижу «реальную съемку» бигфута или гипсовый отпечаток якобы оставленного им следа, это не то чтобы убеждает меня, но я испытываю удовольствие. Мне нравится идея, что прямо под нашим носом существует еще один неизвестный науке вид человекообразных обезьян. Я вообще люблю обезьян. В детстве фильмы из серии «Планета обезьян» были моими любимыми. Когда я интервьюировал для съемок документального фильма Дональда Джохансона, обнаружившего останки знаменитой «Люси», и великого приматолога Джейн Гудолл, потребовались воистину геркулесовы усилия с моей стороны, чтобы оставаться профессионалом и перестать задавать им вопросы, не относившиеся к теме фильма, но очень интересовавшие меня. Мне даже удалось добиться от жены позволения разместить в нашей гостиной музейного качества копии черепов австралопитека и человека прямоходящего. Пара карликовых шимпанзе, живущих в зоопарке Сан-Диего, мне ближе, чем половина людей, которых я знаю. Уверен, что, если бы бигфута обнаружили, я испытывал бы больше радости и воодушевления, чем большинство фанатов криптозоологии. Я определенно не стал бы упрямо спорить с фактами, отрицать представленные доказательства и не испытывал бы никакой неловкости. Помните, что хорошие скептики не утверждают, что абсолютно точно знают, что летающих тарелок, привидений и т. д. *не существует*. Мы лишь указываем на то, что утверждения о существовании всех этих феноменов проблематичны, и просим представить доказательства. И если доказательства не поступают, то мы, следуя здравому смыслу, делаем вывод, что эти утверждения едва ли являются правдой и что верить в них нет смысла. Но мы не говорим, что знаем, чего в мире *нет*, потому что мир слишком велик и знать наверняка, чего в нем нет, невозможно. Открытие бигфута стало бы великим научным открытием еще и потому, что ученым пришлось бы пересмотреть все их нынешние взгляды на эволюцию приматов. Хорошие скептики просто не желают делать вид, что знают то, чего не знают, даже когда им очень хочется, чтобы это было правдой.

Что же проблематичного в утверждении, что на тихоокеанском

побережье и (или) в южных болотах США скрывается гигантский примат? Самая большая проблема для верящих в бигфута проста: нет тела. Скептики на этом и делают акцент: покажите нам тело, хотя бы одно. Пока этого не произошло, и это очень серьезное основание сомневаться в существовании бигфута, потому что кажется крайне невероятным, чтобы за столько лет ни один турист, велосипедист, скалолаз, лесник, охотник или рыбак не наткнулся на труп бигфута, умершего от старости или ран. Одного трупа хватило бы за глаза. Найдите в Северной Америке одну двуногую человекообразную обезьяну трехметрового роста, и существование бигфута будет подтверждено! Даже и этого много. Для современных антропологов в качестве доказательства существования бигфута достаточно было бы нескольких основных костей скелета. Ведь смогли же они установить, что сотни тысяч лет назад в лесах Азии обитал гигантопитек, человекообразная обезьяна ростом до трех метров и весом до полутонны. И для этого им не понадобилось целое тело. Хватило окаменевших зубов и нижней челюсти. Поэтому для подтверждения существования бигфута наверняка было бы достаточно какой-то части скелета. Но у нас ничего нет. Как так получается, что за все эти годы нам не подвернулось ни одной челюсти, ни одного зуба, ни одной необычайно длинной бедренной кости, похожей на кости приматов? Нам предлагается поверить, что бигфуты хоронят своих сородичей в тайных могилах и всегда за пределами непрерывно разрастающихся пригородов?

Еще одна важная проблема связана с тем, что бигфут не мог бы существовать в единственном числе. Мало кто задумывается над этим, но, чтобы бигфуты могли дожить до наших дней, их должно быть много в лесах. Между тем все это множество год за годом ускользает от человеческого глаза. Я поднял этот вопрос в разговоре с моим другом-антропологом, который проживает в Орегоне (неофициально именуемом *страной бигфутов*). По его оценкам, генетически жизнеспособная в долгосрочной перспективе популяция бигфутов должна была бы насчитывать не менее пятисот особей. Но если их количество исчисляется сотнями, то вероятность обнаружения их останков должна была лишь возрасти. Тем не менее ничего не найдено. Да, это разочаровывает, но действительность не всегда подстраивается под наши желания. Она такая, какая есть.

Я знаю, о чем вы думаете. У вас появляются примерно такие вопросы: «А как насчет знаменитого фильма о бигфуте? И что вы скажете по поводу гипсовых слепков его гигантских следов? Разве это не доказательства?» Нет, не доказательства, потому что можно предложить вполне удовлетворительные объяснения этих вещей, не требующие признания существования популяции гигантских приматов. Сначала давайте обратимся к фильму о бигфуте, снятому Роджером Паттерсоном и Бобом Гимлином в северной Калифорнии в 1967 году. Эта короткая съемка произвела неизгладимое впечатление на миллионы людей во всем мире, заставив многих из них поверить в бигфута. Честно говоря, причины такой

доверчивости зрителей для меня непостижимы. (Если вы не видели этот фильм или смотрели уже давно, то легко можете найти его в интернете, тогда уж судите сами.) Я не приматолог, но это «существо» кажется мне во всех отношениях неправильным. Своим внешним видом и движениями оно совсем не похоже на дикое животное. Оно выглядит и движется так, как человек, одетый в костюм человекообразной обезьяны. Кроме того, сама манера, в какой это существо прошествовало перед Паттерсоном и Гимлином, а потом обернулось напоследок, бросив прощальный взгляд, прежде чем скрыться в лесу, выглядит явно постановочной. Еще труднее поверить создателям фильма из-за следующей маленькой детали: Паттерсон заранее заявил в тот день о своем намерении разыскать бигфута и снять его. Спросите себя: какие у него были шансы на успех? Да, может быть, им невероятно повезло: плотный, плоскостопый, грушевидный бигфут действительно случайно подвернулся Паттерсону и Гимлину в тот день, но мне не верится. Все это выглядит и ощущается как постановочная фальшивка, и это первое, что должно приходить в голову, потому что все мы знаем, что фальшивки отнюдь не являются редкостью.

Но давайте не будем здесь полагаться на мое мнение. Человек, который натянул на себя костюм обезьяны, Боб Иеронимус, вышел вперед и признался! Об этом (и не только) пишет в книге «Как создавали бигфута» («The Making of Bigfoot») Грег Лонг. Там эта история изложена во всех подробностях, среди которых факт покупки Паттерсоном в 1967 году костюма гориллы в магазине «Morris Costumes». Хозяин этого магазина бывший фокусник Филип Моррис сообщил, что Паттерсон сказал ему, что хочет «позабавиться с этим костюмом». Похоже, он так и сделал.

Что касается слепков отпечатков ног бигфута, то они как доказательства впечатляют еще меньше, чем фильм. В 1970-е годы изготовление фальшивых слепков на тихоокеанском побережье было поставлено на поток. Одно время казалось, что этим не занимался только ленивый. Но не исключено, что первопроходцем в этом бизнесе следует считать Рея Уоллиса, дорожного рабочего. Когда он умер в 2002 году, его сын Майкл Уоллис поведал репортерам, что отец, будучи любителем пошутить, изготовил гигантские деревянные ступни, с помощью которых еще в 1958 году начал забавы ради оставлять следы в лесу. Сын заявил, что у отца не было намерения плести сложную мистификацию, он даже представить не мог, к каким последствиям его забава могла привести. Он хотел лишь повеселить нескольких своих знакомых, а обернулось это крупномасштабной мистификацией.

Наука отыскивает настоящих чудовищ. Но для тех, кто увлекается криптозоологией, есть и хорошая новость: они могут продолжать заниматься тем, что им нравится, а именно разыскивать новые, экзотические формы жизни, оставаясь в рамках науки. Если шанс обнаружить новое существо манит вас, обратитесь к научным методам исследования. Выбор немаленький: биология, зоология, микробиология, энтомология, астробиология и другие. Эти научные дисциплины не просто прокладывают

путь к новым открытиям, там – в отличие от криптозоологии – открытия реально совершаются, причем регулярно!

Многие люди об этом даже не подозревают, но науке предстоит пройти еще очень длинный путь, прежде чем можно будет сказать, что все формы жизни на нашей планете обнаружены и систематизированы. Нет никаких сомнений в том, что амазонские тропические леса, горы Азии, африканский буш и другие достаточно удаленные от цивилизации регионы все еще таят немало сюрпризов для ученых. Еще более многообещающим в этом смысле является мировой океан. Что-нибудь новое для науки можно обнаружить едва ли не в каждой новой пробе морской воды. Отважный ученый и визионер Крейг Вентер из Сан-Диего бороздит со своими помощниками океаны в поисках новых видов флоры и фауны. К настоящему времени им и его командой открыты сотни тысяч новых видов и шестьдесят миллионов ранее неизвестных генов.

Давайте на мгновение отвлечемся от жизни на планете. Мы даже не знаем всех форм жизни, которые обитают в нас самих. Не следует думать, что самые интересные, самые важные, самые страшные существа обязательно больших размеров. Ясное дело, трехметровая обезьяна произвела бы большее впечатление, но случилось ли вам видеть фотографии маленьких тварей, которые прямо сейчас ползают по вашей коже и внутри вас? Лично мне они кажутся настоящими чудовищами. Знаете ли вы о странных и удивительных вещах, на которые способны микробы, известно ли вам, в каких горячих точках они способны выживать? Без сомнения, есть еще многие миллионы настоящих чудовищ, которые ждут, когда их обнаружат, и наука – единственный путь к их выявлению. Известный ученый и популяризатор науки Эдвард Уилсон благоговеет перед этим все еще полным тайн микробным фронтиром:

Бактерии, протисты, нематоды, клещи и другие микроскопические твари роятся вокруг нас, такая живая матрица, покрывающая поверхность Земли. Они являются предметом нескончаемого изучения и восхищения, если вы готовы перенести свой взгляд с линии горизонта на мир, расположенный на расстоянии вытянутой руки. Можно потратить целую жизнь на магелланово путешествие вокруг ствола дерева.

Нет необходимости ограничивать поиски новой жизни нашей планетой. Астробиология – развивающаяся отрасль науки, предметом изучения которой является Вселенная в целом. Астробиологи не утверждают, что внеземные формы жизни существуют, они лишь полагают, что это достаточно вероятно и этим стоит интересоваться. В значительной степени их работа связана с поиском и изучением всяких странных существ, которые здесь, на Земле, способны жить в условиях экстремально высоких и низких

температур или экстремальной кислотности, то есть в среде, которая еще недавно считалась несовместимой с жизнью. Эта деятельность наверняка более результативна, нежели бесплодные поиски лохнесского чудовища, бигфута или других мифических чудовищ, которые, вероятнее всего, так никогда и не будут обнаружены.

Экстрасенсы

Десятки миллионов людей в Америке и миллиарды во всем мире верят в странные силы, которым наука подтверждения не находит. Как свидетельствуют данные опроса, 41 % взрослых американцев верят в экстрасенсорное восприятие, 31 % – в телепатию и 21 % – в то, что некоторые люди способны общаться с умершими. Вера в это не угасает, несмотря на то что все когда-либо предпринимавшиеся попытки доказать реальное существование этих феноменов провалились. По-видимому, слишком уж сильное впечатление производят на людей профессиональные гадалки и ясновидящие (способные читать мысли и предвидеть будущее), а также медиумы (люди, которые могут общаться с душами умерших). Но существуют очень простые объяснения того, каким образом гадалкам и медиумам удается произвести столь сильное впечатление. Например, при так называемом *холодном чтении* может использоваться знание естественных человеческих склонностей, а стороннему наблюдателю кажется, что на его глазах происходит нечто сверхъестественное, хотя на самом деле это не так. Меня все это так заинтриговало, что я решил попробовать себя в холодном чтении.

Я много об этом прочитал, чтобы понять принципы работы, но мне все еще не хватало уверенности. Суть метода в том, чтобы строить обоснованные догадки о человеке, создающие впечатление, что вы читаете чужие мысли. Когда сидишь лицом к лицу с незнакомцем и стараешься убедить его, что читаешь его мысли, по меньшей мере, нужно иметь очень крепкие нервы. Полезно также знать различные тенденции и особенности характера, присущие людям разного пола, вероисповедания, национальности, возраста и т. д. Пригодится и умение мгновенно вносить в свои догадки необходимые поправки, основываясь на реакции человека на ваши слова. Мне очень хотелось попробовать, так что я с головой окунулся в этот процесс.

Итак, передо мной сидит женщина тридцати с небольшим лет. Она хороша собой и, самое главное, говорит мне, что ей кажется, что в экстрасенсорике что-то есть. Она предрасположена поверить мне. Таким образом, еще не начавшаяся битва выиграна мною процентов на 80, поскольку всем известно, что наши предубеждения и ожидания являются мощными факторами влияния на то, как мы интерпретируем происходящее с нами. Моя уверенность в успехе резко возрастает.

Она смотрит на меня во все глаза, предоставляя мне начинать. Я говорю медленно и часто останавливаюсь, надеясь, что это придает мне вид

уверенного в себе человека. Несколько минут переливаю из пустого в порожнее, большей частью пустословлю о том, что я «чувствую» ее мысли и что мне нужно, чтобы она расслабилась и открылась мне. Само холодное чтение начинается с того, что я забрасываю ее быстрой очередью утверждений и вопросов. При этом внимательно слежу за ее взглядом, мимикой и жестами. Меня интересует ее реакция на все, что я говорю. Я замечаю, что она не носит обручальное кольцо. В ее глазах явно зажигается интерес, когда я затрагиваю тему любовных разочарований. Ей за тридцать, и предполагаю, что она очень хотела бы выйти замуж. То, как она реагирует, убеждает меня в том, что следует сосредоточиться на этой теме, поэтому делаю вид, что мне известно все о ее знакомых мужчинах, отношения с которыми остались в прошлом. Почувствовав, что и так уже слишком далеко зашел со своими из пальца высосанными прогнозами, а также обобщениями, применимыми практически к любой женщине, я плавно перехожу к теме финансовой. Говорю женщине, что она не отличается скупостью, но могла бы тратить и немного больше. Затем добавляю что-то о ее желании просто быть хорошим человеком и жить счастливо. В общем и целом своим выступлением я остаюсь доволен. Но поверила ли она, что я способен читать ее мысли и предсказывать будущее? Возможно. Однако не уверен, поэтому продолжаю. Пытаюсь задавать вопросы и выдавать умные мысли, которые она с большой вероятностью примет на свой счет, как мне кажется, если учитывать ее пол, возраст, национальную и религиозную принадлежность и т. д. Вворачиваю немного лести. Удивительно, как много сигналов и подсказок можно уловить, когда «читаешь мысли» человека, сидящего напротив тебя. Когда мои слова попадают в цель, она улыбается, когда я промахиваюсь – выглядит озадаченной или не реагирует. Вот так все просто. Напоследок выдаю стандартный набор пожеланий: «Ваше будущее светлое, продолжайте попытки, не сдавайтесь и т. д.».

Когда заканчиваю, она благодарит меня, но очень быстро уходит. Все, спектакль закончился. Я чувствую себя опустошенным и разочарованным. Делаю вывод, что где-то напортачил. Возможно, холодное чтение – процесс более сложный, чем я думал. Сильвия Браун и миллионы духов, наверное, смеются надо мной.

Но через пару дней я встречаю эту женщину снова.

«Как вы это сделали? – спрашивает она. – Это было потрясающе. Вы давно этим занимаетесь? Вы увидели меня насквозь».

Вот это да! Значит, я выступил лучше, чем ожидал. Мне удалось убедить ее в моих «способностях». Разумеется, я тут же объяснил ей, что никакого особого умения читать чужие мысли у меня нет, что я просто попробовал себя в искусстве холодного чтения, чтобы посмотреть, справлюсь ли. Я принес ей свои извинения и сказал, что, конечно, надо было признаться в этом еще на сеансе, но я счел это бессмысленным, потому что она все равно мне не поверила бы в тот момент. Женщина поначалу немного растерялась, во взгляде ее сквозило недоверие, но, когда я рассказал ей подробнее о том,

как вся эта методика работает, объяснил суть феномена пристрастия к подтверждению, она, как мне показалось, осталась благодарной мне за этот урок. Да и я понял, что убедить другого человека в чем-либо не так уж и трудно. Если это получилось у меня с первой попытки, то стоит ли удивляться, что тем, кто совершенствует и оттачивает навыки убеждения на протяжении многих лет, запросто удается убеждать стольких людей и неплохо наживаться на этом.

Я прекрасно понимал, что мое «выступление» было в лучшем случае посредственным, но результат превзошел все ожидания. Как мне это удалось? Женщина с самого начала была предрасположена поверить мне, поскольку верила в ясновидение. Кроме того, раз она человек, значит, как мы видели в главе 2, от пристрастия к подтверждению ей никуда не деться. Как и все жертвы холодного чтения, она наверняка замечала и запоминала все то, что я говорил о ней правильно или близко к тому, и это подкрепляло в ней веру в мои экстрасенсорные способности. Промахи же мои либо остались незамеченными, либо быстро забылись, потому что шли вразрез с ее пристрастием к подтверждению. Позже ее память оказала мне дополнительную услугу, преувеличивая мои способности каждый раз, когда она вспоминала о нашем с ней общении.

О пристрастии к подтверждению важно знать и постоянно помнить, потому что вы рискуете впасть в самообман не только на приеме у гадалки, но и в контексте многих других суеверий. Когда мы избирательно замечаем информацию, соответствующую уже ранее сделанным нами выводам, реальным и разумным нам может показаться что угодно, любая фальшивка, любой бред. Это как в темноте бросить в сторону мишени тысячу дротиков, а потом включить свет и увидеть, что десять дротиков угодили в яблочко. Поразить мишень десять раз в темноте – это, казалось бы, впечатляющий результат, но только если вы проигнорируете, забудете или не заметите, что в 990 случаях промахнулись. Когда экстрасенс произносит сотню разных вещей, мы не можем позволять себе обращать внимание только на то, что он говорит правильно, и закрывать глаза на его ошибки. И не следует придавать большое значение расплывчатым утверждениям и вопросам. Нужно вести учет попаданиям и промахам экстрасенса, чтобы определить, есть ли в этом что-то либо это просто последовательность верных и неверных догадок, призванных обмануть вас, ввести в заблуждение. И не забывайте про объем выборки. При оценке способностей экстрасенса нельзя ограничиваться одним-двумя примерами. Вот если у вас есть результаты сотен сеансов холодного чтения, то можно ожидать, что в некоторых случаях у экстрасенса все получалось очень хорошо. Однако если сопоставить эти отличные результаты с гораздо более многочисленными слабыми, в целом впечатление окажется далеко не столь благоприятное.

У меня есть друг, который достаточно хорошо владел искусством ясновидения, чтобы зарабатывать на нем деньги. Он не был хладнокровным мошенником и вряд ли делал это ради эксперимента в целях лучшего

понимания человеческого разума. Он искренне обманывался, будучи убежденным в том, что действительно обладает особыми экстрасенсорными способностями. Деньги текли к нему рекой, клиенты не могли нарадоваться, тем не менее неожиданно он начал сомневаться. Он вдруг понял, что ему платят просто за то, чтобы он строил догадки, а это мог бы на его месте делать любой. В конце концов мой друг полностью разуверился не только в своих экстрасенсорных способностях, но и вообще во всех сверхъестественных и паранормальных явлениях. Сегодня он хороший скептик, всецело преданный научному процессу познания. Отчасти благодаря его опыту мне стало известно, как легко можно дурачить людей, в том числе себя самого.

Действуя во многом по аналогии с экстрасенсами, медиумы утверждают, что способны вести двустороннее общение с душами умерших. Многие экстрасенсы по совместительству являются медиумами, что имеет смысл, поскольку игру те и другие ведут одну и ту же. Они выплескивают массу предположений, вопросов и банальностей в отношении умершего и при этом внимательно следят за реакцией со стороны членов семьи или друзей: «Он сейчас здесь, с нами, и просит меня передать вам, что любит вас и благодарен вам за то счастье, которое вы принесли ему в жизни. Он также сказал, что хотел бы, чтобы вы сохранили его фотографию. Он призывает вас продолжать трудиться и верить в себя». Хороший скептик такое видит насквозь. Однако люди, переживающие горечь разлуки, ведутся на подобное легко. Их желание пообщаться, восстановить связь с человеком, который ушел навсегда, можно понять, но это желание не должно парализовать вашу способность думать, не попадайтесь на такую удочку. Никто не должен позволять, чтобы всякие мошенники эмоционально использовали его, играли его чувствами, даже если на какое-то мгновение это приносит облегчение.

Подводя итог, можно сказать, что деятельность экстрасенсов и медиумов легко поддается тестированию. Существуют способы раз и навсегда доказать, что эти люди действительно способны проникать в мысли незнакомцев и узнавать подробности, касающиеся их прошлого, настоящего и будущего. Наука могла бы подтвердить способности экстрасенсов и заявить о них всему миру. Все, что требуется, – это выразить согласие на объективное научное исследование. Показательно, что очень мало кто из них соглашается. Если же экстрасенсы и медиумы не заинтересованы в научном подтверждении их способностей просто во имя истины, есть возможность сделать на этом деньги. Образовательный фонд Джеймса Рэнди предлагает приз в размере миллиона долларов каждому, кто сможет продемонстрировать свои сверхъестественные способности в условиях заслуживающего доверия научного испытания, конкретные детали которого испытуемый может разработать сам. Но по причинам, о которых нетрудно догадаться, самые известные из экстрасенсов и медиумов не спешат за призом. Они заявляют, что способны читать мысли живых и мертвых людей, но от миллиона долларов отказываются.

Надеюсь, сами вы достаточно хороший скептик, чтобы не попасть на крючок, забрасываемый всякими экстрасенсами и медиумами. Но наверняка среди ваших знакомых есть скептики не столь хорошие. Расскажите этим людям обо мне. Поведайте им историю человека, который в целях эксперимента сыграл роль гадалки и при этом сумел убедить взрослого человека в том, что является самым настоящим ясновидящим. Если уж он смог сделать это, значит, любой может, поэтому будьте бдительны.

Крушение НЛО под Розуэллом

Без сомнений, самая известная и интересная история про НЛО связана с предполагаемым крушением космического корабля пришельцев в пустыне близ городка Розуэлл, штат Нью-Мексико, имевшим место летом 1947 года. Это было не просто необычное сияние в небе. В качестве доказательства мы имеем подтверждение со стороны американских военных и скрываемые правительством обломки крушения, а возможно, даже трупы инопланетян. Розуэлл являет собой Священный Грааль уфологов. Тем не менее почти наверняка все это нельзя считать истиной.

Не поймите меня превратно. Я обожаю «Розуэлльский инцидент». Но не могу принять его как данность, потому что внимательно изучал утверждения уфологов и сам факт произошедшего, разговаривал с летчиком-испытателем, который невольно внес свою лепту в раскрутку этого мифа, и немало размышлял над тем, насколько хорошо вся эта история демонстрирует человеческую склонность верить во всякую чушь, не требуя доказательств. Нельзя, впрочем, сказать, что в этой истории все является неправдой. В некоторых ключевых моментах фанаты Розуэлла правы. Да, действительно, что-то необычное потерпело крушение в пустыне. Все обломки были собраны. Правительство явно напустило тумана, что-то скрывая.

Все началось, когда местный фермер Мак Брейзел в июне 1947 года обнаружил в пустыне неподалеку от Розуэлла какие-то обломки. Он решил, что это просто мусор, и особого внимания ему не уделил. (Не такой реакции следовало бы ожидать от местного жителя, если бы имело место крушение какого-то бы то ни было летательного аппарата.) Несколько дней спустя пилот-частник по имени Кен Арнольд сообщил, что, совершая полет в штате Вашингтон, то есть достаточно далеко от Розуэлла, наблюдал какие-то странные объекты. Он описывал эти объекты как плоские и по форме напоминающие нечто вроде бумеранга, но в СМИ широко распространилось словосочетание «летающие тарелки», это название понравилось американской публике и прижилось. Можно себе представить, что если бы закрепилось название, более точно соответствующее описанию Арнольда, то вместо «летающих тарелок» американскую поп-культуру и все эти второсортные черно-белые научно-фантастические фильмы в 1950-е годы наводнили бы угрожающие Земле «летающие бумеранги». В последующие месяцы и годы воодушевленные свидетельствами Арнольда тысячи людей по

всей Америке наперебой спешили сообщить о своих наблюдениях НЛО. Эпоха НЛО начинала свое победное шествие, и это, вне всяких сомнений, повлияло на интерпретацию инцидента, произошедшего под Розуэллом.

Примерно через три недели после обнаружения обломков Брейзел приехал в город и там наверняка услышал про летающие тарелки, о которых все только и говорили. Как бы то ни было, Брейзел решил, что то, что он обнаружил, может быть важным, и поэтому сообщил о своей находке местному шерифу, который в свою очередь доложил обо всем военным с ближайшей базы ВВС. Они собрали обломки, и все бы закончилось, но история получила дальнейшее развитие благодаря преисполненному энтузиазма офицеру по связям с общественностью, опубликовавшему пресс-релиз, в котором утверждалось, что были найдены обломки «летающего диска». Вскоре после этого местная газета «Roswell Daily Record» напечатала статью под заголовком «В окрестностях Розуэлла захвачена летающая тарелка». Стоит отметить, что в те дни термины «летающая тарелка» и «летающий диск» не так прочно ассоциировались с инопланетными космическими кораблями, как в настоящее время. Поэтому можно допустить, что пресс-релиз вовсе не подразумевал того сенсационного смысла, который мы придаем ему сегодня. Очень важно также обратить внимание на то, как по горячим следам описывал обнаруженные обломки Брейзел, ничто из его описания не указывает на то, что это могли бы быть остатки космического корабля, принадлежащего передовой внеземной цивилизации. Вот несколько выдержек из передовицы, напечатанной в «Roswell Daily Record» 9 июля 1947 года, то есть на следующий день после первой статьи, сообщавшей о захвате «летающего диска». (Полужирный шрифт добавлен мною.)

- «Уикокс, шериф Розуэлла, связался с военным аэродромом Розуэлла, и прибывшие оттуда майор Джесси Марсел и человек в штатском собрали остатки “диска”, после чего пошли к шерифу в дом, чтобы попытаться все это реконструировать».

- «По словам Брейзела, у них попросту не получилось ничего реконструировать. **Они пытались собрать из этих обломков воздушного змея**, но не смогли сделать этого. Эти обломки вообще никак не складывались».

- «Брейзел сказал, что не видел, как эта штука падала с неба, и не видел вообще ничего, кроме обломков, поэтому не может знать, какой размер и какую форму эта штука имела, но **полагает, что она могла бы быть размером со стол**. Воздушный шар, на котором эта штука могла бы висеть, должен был иметь примерно 12 футов в длину, сказал он, сопоставив расстояние с размером комнаты, в которой находился. **Резина дымчато-серого цвета** была разбросана на площади диаметром примерно в 200 ярдов».

- «Когда все остатки были собраны, получился сверток из **фольги, бумаги, пленки и палок** примерно в три фута длиной и 7–8 дюймов толщиной, тогда как сверток из остатков резины имел размеры 18–20 дюймов

в длину и примерно 8 дюймов в толщину. **В целом весить все это могло, наверное, фунтов пять** ».

- «Не было обнаружено никаких признаков металла, который мог бы быть использован для изготовления двигателя, а также никакого признака пропеллеров, хотя **по меньшей мере один бумажный стабилизатор был приклеен к куску фольги** ».

- «Хотя на некоторых частях имелись буквы, слов нигде обнаружено не было. **В конструкции использовалось значительное количество скотча и какой-то пленки с напечатанными на ней цветками** ».

- «Ни шнуров, ни проволоки обнаружено не было, **но в бумаге были отверстия**, указывавшие на то, что могло быть использовано какое-то крепление».

Этот отчет был напечатан по самым горячим следам, что делает его более заслуживающим доверия по сравнению с необыкновенными воспоминаниями через много лет. Обратили ли вы внимание на полное отсутствие каких-либо упоминаний о трупях инопланетян, обнаруженных на месте аварии или неподалеку? Как вам кажется, на это Брейзел и остальные обратили бы первостепенное внимание? Но они, похоже, заметили только резину, шнуры и скотч. Еще одна важная деталь: они пытались из собранных материалов *сконструировать воздушного змея*. Несмотря на то что им это не удалось, очевидно, что данные элементы никоим образом не воспринимались ими как остатки межпланетного летательного аппарата. Только представьте, что вы обнаружили в пустыне обломки разбившегося космического корабля. Каковы шансы, что вы первым делом попытаетесь сложить из них *воздушного змея*? Хотя я уверен, что любые инопланетяне, способные добраться до Земли из другого мира, должны превосходить нас в плане развития технологий, сомнительно, что они окажутся настолько умны, чтобы суметь сконструировать межпланетный космический корабль из резиновых и деревянных деталей, скрепленных между собой при помощи клея и скотча.

Но вернемся к истории. Найденные материалы были отправлены на базу ВВС в Форт-Уэрт, и тамошние специалисты сразу же разобрались, с чем имеют дело. Им достаточно было одного взгляда на обрывки бумаги, фольги, резины и деревянные бруски, чтобы прийти к заключению: это не что иное, как останки метеозонда, о чем и было сделано официальное заявление. Вот и все, дело закрыто. Публика в большинстве своем приняла это как должное и забыла об этом деле до тех пор, пока интерес к нему не был разбужен снова много лет спустя, когда миф о Розуэлльском инциденте приобрел нынешние масштабы. Но оригинальная история на этом не заканчивается.

Военные солгали. Да, в Розуэлльском инциденте без тайн не обошлось. Сегодня известна вся правда о случившемся и ясно, что обнаруженные Брейзелом обломки не были остатками простого метеозонда. И все-таки, как это ни печально, с прилетом инопланетян реальная история никак не связана. Наверное, по этой причине она гораздо менее популярна, нежели иные

интерпретации.

Это действительно были остатки зонда. Но военные умолчали о том, что он предназначался не просто для наблюдений за погодой. Почти наверняка речь идет об одном из элементов разведывательных зондов, которые применялись в рамках «Операции Могул». В этой совершенно секретной программе использовалось множество аэростатов, которые поднимались на очень большую высоту. В некоторых конфигурациях аэростаты соединялись шнурами в связки, образуя нечто вроде «летучих поездов». К шнурам прикреплялись микрофоны, призванные фиксировать звуки удаленных взрывов, а именно звуки надземных ядерных испытаний в Советском Союзе. Вспомните, дело было во второй половине сороковых. Тогда еще не было спутников-шпионов или сверхзвуковых самолетов-разведчиков дальнего радиуса действия, таких как U-2 или SR-71. Но холодная война уже шла и Соединенные Штаты считали совершенно необходимым присматривать за неприятелем – и прислушиваться к нему. В то время США были единственной ядерной державой, понятно, что их очень беспокоила возможность того, что и Советский Союз обзаведется собственным атомным оружием. Вся эта деятельность была засекречена, поэтому неудивительно, что военные скрыли правду.

Б. Д. Гильденберг, участник «Операции Могул», говорит, что работа была настолько засекречена, что многие люди, работавшие в этой программе, не знали, чем на самом деле занимаются. Информация об «Операции Могул» была рассекречена лишь в 1972 году. Причина такой секретности понятна: США не хотели, чтобы русские знали, что их подслушивают, так как это побудило бы их заменить надземные испытания подземными, что затруднило бы американцам слежение за ними. Гильденберг уверен, что обнаруженные Брейзелом в 1947 году обломки принадлежали радарному отражателю, который формой напоминал воздушного змея и прикреплялся к аэростату. Эти отражатели позволяли наземным службам следить за зондами при помощи радаров. Они изготавливались из *резины, деревянных брусков, фольги, пленки и клея*.

Важным указанием на то, что вся история с крушением НЛО под Розуэллом высосана из пальца, служит тот факт, что в 1947 году *никто* не говорил, что своими глазами видел космический корабль или трупы инопланетян, якобы собранные и отправленные для изучения в Зону 51. Все эти пикантные подробности возникли и стали стандартными компонентами мифа лишь *тридцать лет спустя*. Только когда вера в НЛО приобрела массовый характер, Голливуд открыл шлюзы и обрушил на нас лавину научно-фантастических фильмов про инопланетян, вошли в моду истории про похищение людей пришельцами и классический образ инопланетянина с большой головой и крошечным телом укоренился и занял видное место в поп-культуре, розуэлльская история преобразилась в тот миф, с которым мы имеем дело сегодня.

Распространению данного мифа могли поспособствовать и другие

секретные проекты, осуществлявшиеся военными в упомянутом регионе уже после 1947 года. Наверное, ничто в этом смысле не сравнится с испытаниями систем катапультирования летчиков на больших высотах. В 2001 году я интервьюировал бывшего летчика-испытателя Джо Киттингера, который рассказал о своей замечательной карьере в авиации и признался, что тоже, быть может, сыграл свою роль в распространении розуэлльского мифа. Он сказал, что они проводили испытания и эксперименты с манекенами, одетыми в фантастического вида летные костюмы, сбрасывая их на землю с большой высоты. Не могли ли местные жители ошибочно принять упавшие на землю манекены за инопланетян? «Очень даже могли, – уверенно заявил Киттингер. – Эти манекены были одеты в серебристые скафандры и выглядели весьма необычно. Как-то мы сбросили одного, и он упал высоко в горах. А весили они более двухсот пятидесяти фунтов. Ну как его доставить на базу? Мы положили его на носилки и так дотащили до кареты скорой помощи. Если бы кто-то видел нас в такую минуту, то сказал бы: “Ого, смотрите-ка, инопланетянина несут”. И мы думаем, что таких случаев, когда наши испытательные манекены ошибочно принимались случайными очевидцами за инопланетян, могло быть много».

Однако это происходило через несколько лет после «крушения» 1947 года, а люди вспоминают, что видели этих инопланетян/манекенов именно в том году. Это кажущееся противоречие объясняется особенностями работы человеческой памяти. Твердо установлено, что запутаться во временной последовательности прошлых событий ничего не стоит человеку даже с самой лучшей памятью. Совершить ошибку, думая, что событие произошло двадцать лет назад, тогда как на самом деле с того момента прошло пять или десять лет, очень легко, можно даже сказать, естественно. Кроме того, довольно просто невольно приукрасить воспоминания о реальных событиях вымышленной информацией, почерпнутой из фильмов или книг. При этом воспоминания кажутся вам абсолютно четкими и правильными, сколь бы ошибочными они ни были.

Розуэлльский инцидент вновь всколыхнул интерес со стороны публики и СМИ в 2011 году, когда в свет вышла книга Энни Джейкобсон «Зона 51: истинная история главной военной базы Америки» («Area 51: An Uncensored History of America's Top Military Base»). К удивлению многочисленных читателей, по большей части достоверная история тайных операций, осуществлявшихся в Зоне 51 на протяжении десятилетий, включает в себя весьма странную трактовку событий в Розуэлле. По утверждению автора (складывается впечатление, что она всерьез надеется убедить в этом читателей), летающая тарелка с гуманоидами на борту все же была, но прилетела она не из космоса. Согласно источникам, не названным Джейкобсон, это был технологически передовой летательный аппарат, построенный в Советском Союзе и отправленный в воздушное пространство США с целью прозондировать американскую противовоздушную оборону и (или) напугать американскую общественность и военных. Пилотами аппарата

были не пришельцы, но люди, хирургически и (или) генетически изуродованные советскими учеными и выглядевшие как большеголовые и большеглазые инопланетяне. Йозеф Менгеле, печально известный врач, проводивший эксперименты над евреями в Освенциме, в то время был в руках у русских и помогал им трансформировать несчастных детей в мнимых инопланетян. Потрясающая история! Жаль только, что она никоим образом не может быть квалифицирована как правдивая или хотя бы правдоподобная. Эта необыкновенная история из анонимного источника, сколь бы интересной и волнующей она ни была, при отсутствии каких бы то ни было доказательств представляет собой не более чем очередную сказку, стоящую в одном ряду с миллиардами других сказок, которые люди рассказывают друг другу на протяжении тысячелетий.

Конспирологические теории

Я поражен тем, с какой скоростью распространились теории заговора, связанные со стрельбой в начальной школе Сэнди-Хук в 2012 году. В течение нескольких дней, если не часов, слухи о том, что власти лгут и что-то скрывают, облетели весь земной шар. *Это сделали израильские спецслужбы, чтобы обострить международную обстановку, и американские власти, чтобы найти повод для введения новых радикальных законов по контролю над оружием, влекущих за собой конфискацию оружия у населения.* Вопреки всякой логике и всем имеющимся свидетельствам конспирологи твердят, что никаких детей никто в школе не убивал. Что не было ни горюющих родителей, ни страдающих учителей. Те, кого мы видели по телевизору, у кого брали интервью журналисты, – это всего лишь актеры, специализирующиеся на подобных вещах. Трагедия в Сэнди-Хук, как и убийство Кеннеди, теракты 11 сентября 2001 года и тысячи других ужасных событий, навсегда останется с приклеенными к ней теориями заговора, таинственными, щекочущими нервы, но ни на чем не основанными. Почему это происходит раз за разом? Почему люди верят в эту чепуху?

Прежде чем заниматься анализом этого феномена, важно уяснить, что заговоры, организуемые различными деструктивными и криминальными кругами, – несомненная реальность нашей жизни. Они существуют всегда и везде. Группы людей собираются, чтобы спланировать, а потом осуществить свои коварные замыслы. Мы существа общественные, и это может быть одновременно хорошо и плохо. И в исторических книгах, и в публикациях СМИ можно обнаружить неисчислимые примеры злонамеренных деяний, осуществляемых заговорщиками. Большинство наиболее популярных конспирологических теорий не связано с чем-либо паранормальным, в них не содержится какого-либо принципиального противоречия с тем, что мы знаем об окружающем нас мире природы. Проблема в том, что, когда происходит что-то плохое, многие люди испытывают непреодолимое желание или даже потребность выискивать какие-то изощренно сложные и драматические

объяснения происходящим событиям, причем их зачастую не смущают отсутствие доказательств и не только внешняя нелогичность, но и крайняя неправдоподобность высказываемых ими утверждений. Это не должно никого удивлять. Почему же теории заговора так привлекают внимание?

Нам нравятся всякие истории. Мы любим слушать и рассказывать не только о том, что происходило на самом деле, нас привлекают также сказки, сплетни, анекдоты, небылицы. Это фундаментальный аспект человеческого характера. Мы сплетники. Слухи и сплетни – вотчина не только желтой прессы и старушек на лавочке, это клей, связывающий нас между собой. Еще в доисторические времена пересказываемые истории и слухи были важным инструментом передачи информации: люди предупреждали друг друга об опасностях, вдохновляли на подвиги. Объединяет все хорошие теории заговора то, что в основе каждой из них лежит занимательная история, в которой обычно наличествуют жертвы, злодеи, тайны и надежда на то, что справедливость все-таки восторжествует (если, конечно, вы поверите в эту историю).

Нам не нравятся маленькие ответы на большие вопросы. Это оскорбляет наше чувство справедливости. Можно ли допустить, что Ли Харви Освальд сумел в одиночку убить самого могущественного человека на свете? Такое просто в голове не укладывается. В этом наверняка замешаны какие-то грозные силы, верно? Совсем необязательно, потому что человеческая история и современная культура – это не математические уравнения, где обе части должны уравнивать друг друга согласно нашим субъективным представлениям. Иногда случается и такое, что кажется невероятным, бывает и так, что происходящие события идут вразрез с нашими представлениями о справедливости и разумности.

Опять эти проклятые точки! Соединение разрозненных «точек» информации в единую картину происходит не только тогда, когда мы что-то видим, но зачастую и тогда, когда осмысливаем увиденное. Мы все время пытаемся подогнать происходящее под известные нам шаблоны и закономерности, стараемся установить связь между разрозненными фактами, комментариями, событиями и людьми. И если процесс связывания точек излишне форсировать, за этими разрозненными точками начинает просматриваться заговор, мнимый или настоящий. Как наш мозг видит в проплывающем облаке чудовище, так и многие из нас додумывают и усматривают в драматических событиях какие-то жуткие тайны, даже если их там и в помине нет.

Поскольку заговоры действительно случаются, важно, чтобы люди, включая и скептиков, не смешивали разные конспирологические теории в одну кучу. Многие из таких теорий действительно заслуживают того, чтобы к ним прислушаться, причем не только ради справедливости, но и с целью развеять утверждения о том, что кто-то что-то скрывает. Считаю очень важным при обсуждении теорий заговора воздерживаться от эмоций и

сосредоточиться на фактах и неоспоримых доказательствах. Просто удивительно, сколько всякого думают и говорят люди, когда речь заходит о конспирологии. В 2012 году меня пригласили принять участие в одной из радиопрограмм, темой которой были скептицизм и наука. Мы обсуждали множество вопросов, но именно разговор о конспирологии вызывал шквал самых странных и нелепых комментариев, которые я получал еще несколько недель после выхода программы в эфир. В электронных письмах и комментариях на веб-сайте меня обвиняли в том, что я платный агент *Большой фармы*, нанятый пропагандировать вакцинацию, приносящую огромные прибыли фармацевтическим монополиям, и распространять дезинформацию насчет альтернативных форм медицины. Я высказал убеждение, что за терактами 11 сентября 2001 года, скорее всего, стоит Аль-Каида и что те, кто считает полет на Луну мистификацией, почти наверняка ошибаются, и это побудило некоторых радиослушателей назвать меня *черным оператором*, работающим на правительство и имеющим задачу вводить общественность в заблуждение. Ясно, что многие позволяют эмоциям и подозрительности отвлекать их от фактов и доказательств. Однако этого не скажешь обо всех конспирологах. Есть сторонники теорий заговора, у которых доказательств столько, что они похоронят вас под этими доказательствами, если вы не остережетесь. Многие известные мне конспирологи очень умны и энергичны. Но создается впечатление, что любая теория заговора является почти идеальной западней, использующей наше пристрастие к подтверждению. Анализируя сложное преступление, многогранную деятельность крупной организации или масштабное событие, очень легко и естественно позволить себе ограничиться лишь сбором той информации, которая поддерживает изначально принятую точку зрения. Не хочу упрекнуть конспирологов в нечестности. Это процесс естественный, происходит он преимущественно на подсознательном уровне. Пристрастие к подтверждению универсально. И конспирологи, сколь бы умными и искренними они ни были, иммунитета к нему тоже не имеют.

Лучший совет, какой я могу дать приверженцам различных конспирологических теорий, таков: продолжайте держать уши на макушке, потому что от групп людей, корпораций, религиозных и государственных организаций действительно можно ждать чего угодно. История доказывает это. Но не следует поддерживать дичайшую теорию заговора только на том основании, что вы думаете, что она *могла бы быть* правдой (или если *нужно, чтобы она была* правдой). Требуйте доказательств, ищите их.

Астрология

Астрологи утверждают, что космические тела оказывают влияние на судьбы тел, находящихся на Земле. Эта удивительная идея, на которой зиждется астрология, существует тысячи лет. Однако и сегодня я получаю весьма противоречивые объяснения, когда спрашиваю людей, верящих в

астрологию, действительно ли небесные тела воздействуют на наши поступки, или же они просто предсказывают, что будет с нами, активно ни на что не влияя. В любом случае надо иметь весьма буйное воображение, чтобы поверить в такую сверхъестественную связь, протянувшуюся от нас к звездам и планетам. В истории человечества были времена, когда в занятиях астрологией находили смысл даже самые образованные и просвещенные люди. Она трактовалась как уважаемая наука и весьма продуктивный инструмент сбора информации. Но с древнеавилонских времен мы узнали много нового и о космосе, и о человеческой психологии. К примеру, некоторое время назад ученые установили, что положение звезд и планет не оказывает заметного или поддающегося измерению воздействия на черты характера и судьбы индивидов. Да, это действительно так, от положения Марса и Сатурна никак не зависит, добьетесь ли вы повышения по службе и найдете ли однажды идеальную супругу. И Венера никак не влияет на то, чем закончатся ваши попытки пробиться в школьную команду, например, по баскетболу.

Астрология предоставляет вам еще одну возможность сделать паузу и поразмышлять над тем, какие мы, люди, все-таки странные. С одной стороны, мы достигли гигантских успехов. Когда-то наши далекие предки смотрели в ночное небо и видели среди звезд богов и животных. Люди представляли, что небесные светила заботятся о них, влияют на жизнь, нашептывают им свои тайны. Прошло время, и мы высадились на Луну, отправили роботов в другие миры, при помощи мощных телескопов сумели заглянуть в глубины Вселенной и самого времени. Однако многие миллионы людей по-прежнему продолжают смотреть в небо, пребывая в уверенности, что планеты и звезды знают детали их личной жизни.

Важно, чтобы мы четко понимали одну вещь: астрология – не наука. Она не основывается на доказательствах. Никто никогда не доказал, что астрологи способны правильно описывать нашу жизнь или предсказывать будущее, поэтому я не думаю, что они на это способны. Но не надо верить мне на слово. Думайте сами.

Помимо отсутствия доказательств есть еще два важных момента, подрывающих доверие к астрологии. Во-первых, достаточно разобраться в истоках астрологии, чтобы понять ее потенциальную научную ценность, самые ранние из которых теряются в доисторических временах. Но нетрудно представить, что первые люди персонализировали, придавали личный смысл видимым звездам, планетам и, в частности, Луне. Кто может осудить их? Они ничего не знали об астрономии, поэтому красота и таинственность звездного неба легко пробуждали в них способность к *магическому* мышлению: «Эти огни надо мной должны что-то значить. Как иначе может быть? Возможно, я связан с ними. Может быть, я должен бояться их, поклоняться им или использовать их в целях постижения смысла своей жизни? Должно быть, они являются ключом к пониманию этого запутанного мира, в котором я живу. Они определенно что-то мне сообщают».

Самые ранние известные в истории упоминания астрологии относятся к шумерской и вавилонской культурам, расцвет которых имел место три-четыре тысячи лет назад. Астрология в той или иной форме сыграла огромную роль в истории человечества и в некотором смысле стала предшественницей астрономии. Однако не следует придавать слишком большой смысл этим словам. Это все равно что сказать, будто приматы, выщипывающие блох и клещей из шерсти своих сородичей, были предками нынешних парикмахеров. Может, это и так, но вовсе не означает, что мы должны заниматься этим сегодня. В большинстве стран на протяжении многих столетий ни одна важная персона, начиная от королей и заканчивая полководцами и врачами, не предпринимала ничего важного, не посоветовавшись с астрологами. Даже и в наше время некоторые из ведущих мировых лидеров находятся под влиянием астрологических верований. Но не позволяйте астрологии в силу ее почтенного возраста и влиятельности произвести на вас впечатление. Популярность и некоторая историческая роль – недостаточные аргументы для того, чтобы астрология продолжала существовать.

Древние вавилоняне не проводили научных исследований, демонстрирующих связь между типами характера и движением небесных тел. Шумеры не собирали информацию, которая увязала бы то, что происходило в прошлом, с положением звезд таким образом, чтобы можно было уверенно предсказывать будущие исторические события. Нет, они просто смотрели на звезды, мысленно соединяли их линиями между собой, а потом заявляли, что в том, что они видят (или им кажется, что видят), есть определенный смысл. Если современный астролог утверждает, что он опирается на какие-то книги или документальные источники, поинтересуйтесь их названиями, происхождением этих источников и их местонахождением. Спросите, есть ли старинные источники, которые не просто описывают методы и правила астрологии, но и объясняют их происхождение и функционирование так, чтобы это было понятно и имело смысл. Однако если вы зайдете в своих поисках достаточно далеко, то обязательно упретесь в до боли знакомый первоисточник: человеческое воображение. Астрология насквозь, слой за слоем, *выдумана*. Это не наука. Ее предсказательная способность равна нулю. Астрология никоим образом не связана со звездами и планетами. Она обусловлена лишь нашими предубеждениями и заблуждениями. Ее вотчина – не внешний мир космоса, а внутренний мир человека.

Вторая фундаментальная проблема астрологии состоит в том, что никто как будто бы не знает, каким образом она вообще может работать. «Она просто работает» – это самое распространенное объяснение, которое я слышу от приверженцев астрологии. Может быть, она и сыграла некую роль как предтеча астрономии и, возможна, была полезна как способ ведения календаря, что было важно для ведения хозяйства, однако в том виде, как она практикуется в настоящее время, это чистой воды псевдонаука. Не

существует ни теории, которая объясняла бы принципы ее работы, ни фактов, которые подкрепляли бы эту теорию, ни экспериментов, которые подтвердили бы все на практическом уровне. Я знаю об этом, потому что интересовался мнением профессиональных астрологов. Я внимательно слушал и, когда мне сказали, что со мной как с человеком, родившимся под знаком Весов, должно произойти то-то и то-то и что я склонен мыслить и чувствовать так-то и так-то, спросил у них, откуда они это знают. «Потому что так говорят звезды» – это не ответ. *Почему* звезды это говорят? *Каким образом* они это говорят? Это простые вопросы, требующие ответа, но ответа нет.

Подозреваю, что многие люди, верящие в астрологию, представляют, что существует какое-то хранилище данных, собранных за века, гигантский астрологический архив, который и служит источником материалов для всех составляемых в наши дни гороскопов. Или, может быть, они думают, что где-то есть некий централизованный верховный совет астрологов, который и производит все расчеты, используемые потом остальными астрологами? Но ведь ничего такого нет.

Последний момент, о котором всем следует знать, касается гороскопов. Они так популярны и так хорошо работают во многих случаях просто потому, что в большинстве своем написаны с таким расчетом, чтобы практически каждый мог примерить их на себя и почувствовать, что они подходят именно для него. Хороший составитель гороскопов способен в пятидесяти (или около того) словах составить описание, в котором каждый читающий узнает себя, кто бы он ни был. А если что-то известно о человеке заранее и гороскоп можно персонализировать, тем лучше. Помните о гадалках, применяющих метод холодного чтения? Сосредоточьтесь на трудностях и заботах, присущих большинству людей, и те, кто склонен верить вашим словам, будут думать, что вы говорите конкретно об их проблемах и трудностях. Что же касается прогнозов на будущее, полезно придерживаться принципа расплывчатости предсказаний и не забывать о пристрастии человека к подтверждению. Прогноз типа «На этой неделе вас ждет финансовая удача» может означать что угодно: вы выиграете в лотерею, найдете на тротуаре пять долларов или просто получите очередную еженедельную зарплату. И в силу присущего большинству людей пристрастия к подтверждению несколько успешных предсказаний астролога запомнятся, а все его многочисленные промахи забудутся.

Когда мне кто-то говорит, как он преклоняется перед астрологией, я не спорю. Лишь задаю несколько вопросов и внимательно слушаю ответ. Попробуйте сами. Спросите о том, каким образом звезды и планеты способны влиять на ход нашей жизни или предсказывать, что с нами будет. Какая сила скрывается за этим? Как это работает? Может, сила гравитации? Если да, то ведь даже комнатное растение в горшке оказывает большее гравитационное воздействие на вас, чем далекая планета. Спросите, почему люди, родившиеся в октябре, чертами характера и талантами отличаются от

тех, кто появился на свет в декабре. Не позволяйте собеседнику пускаться в рассуждения обо всех различиях между ними. Вас интересует, *почему* они разные. Задавать важные вопросы, не давая оппоненту уводить вас в сторону пустопорожними ответами, – это задача хорошего скептика, всегда сосредоточенного на реальности.

Чудеса

Вера в чудеса необычайно популярна. Оглянитесь вокруг, они окружают нас со всех сторон. Достаточно выйти на улицу или включить телевизор, чтобы услышать новость об очередном феномене. Согласно проведенному опросу, в чудеса верят 76 % взрослых американцев. Но верить в чудеса легко. Ведь *размышления* о чудесах требуют определенных умственных усилий, поэтому большинству из нас просто лень делать это. Мы принимаем чудеса как факт жизни, не задавая лишних вопросов. Но хороший скептик не верит во что бы то ни было только потому, что многие считают это правдой.

Под чудесами обычно понимают сверхъестественные события, вызываемые богами, волшебниками или людьми, обладающими особыми способностями. Некоторые чудесами считают странные природные феномены, идущие вразрез с законами природы. Это может быть также цепочка естественных событий и явлений, которые, однако, специальным образом организованы и кем-то управляемы, чтобы привести к желаемому исходу. Таким образом, чудом может быть как обычный дождь, который начинается в ответ на молитвы фермера как раз вовремя, чтобы спасти урожай, так и возвращение к жизни человека с явными признаками трупного окоченения, осуществляемое сверхъестественными средствами богом или пророком.

Возможно, чудеса действительно случаются. Я не знаю. Но уверен, что утверждения о чудесах, которые слышу изо дня в день, являются лишь следствием неспособности многих людей мыслить критически и быть хорошими скептиками. Если произошло что-то неожиданное, экстраординарное и как раз вовремя, это еще не значит, что речь идет о каком-то волшебстве. Странные вещи происходят постоянно. Если бы ничего странного не случилось, вот что было бы необъяснимо.

Важнейшая проблема, связанная с чудесами, заключается в том, что мы в большинстве своем от природы не математики. Многие ничего не смыслят в статистике, им никогда даже не приходилось задумываться над тем, какова вероятность наступления *невероятного* события. В настоящее время на Земле проживает около семи миллиардов человек. Теперь давайте представим себе какое-то экстраординарное событие, которое происходит каждый день, но очень редко с кем. Скажем для примера, что вероятность того, что это событие произойдет с вами или со мной в заданный день, составляет *одну миллиардную*. Скорее всего, вам и мне так никогда и не доведется столкнуться с этим событием, а между тем оно происходит

каждый день с *семью жителями* Земли. Эти семь человек могут считать, что им необыкновенно повезло или не повезло – в зависимости от того, желанное это событие или нет. А ведь это случается каждый день с кем-нибудь. Даже если вероятность события увеличить до одной миллионной, оно все равно выглядит крайне невероятным, верно? А между тем оно происходит каждый день с семью тысячами человек. За год число этих людей достигает цифры 2 555 000! То же самое можно сказать о лотерее. Шанс выиграть крупную сумму в лотерею астрономически мал. Но тем не менее едва ли не каждый день кто-нибудь да выигрывает. Ясно, что победители считают себя необыкновенными счастливицами и воспринимают свой выигрыш как чудо. Если окинуть взглядом не только победителя, но также всех проигравших, становится ясно, что ничего магического не произошло. *Кто-то* должен был выиграть, потому что лотерея так устроена, чтобы кто-нибудь обязательно выиграл.

Если вы склонны верить в чудеса и полагаете, что некоторые феномены невозможно объяснить иначе как промыслом Божиим, тогда попробуйте вообразить себя в совершенно иных обстоятельствах. Мысленно воплотитесь в тело типичного первобытного человека, жившего в эпоху плейстоцена сто веков тому назад. Вы переноситесь в эпоху, где нет ни Гугла, ни Википедии, ни мыла. Ваша одежда, обувь, запах будут другими, но биологически вы будете тем же человеком. Психологически и физически вы все тот же. Однако теперь вам явно недостает возможности опереться на те знания, что были накоплены человечеством за десять тысяч лет, и на достижения науки. Всего этого нет. Вам остается думать своей головой и разбираться во всем самому. Плюс те навыки и знания, которые вы почерпнули у своих соплеменников во время ваших ежевечерних сборищ вокруг костра.

И вдруг неподалеку начинается извержение вулкана. Земля дрожит. Странная оранжево-черная жидкая масса течет по склону горы. От дыма и пыли становится темно. Вам страшно и в то же время любопытно. «Что происходит? Как такое может быть? Это же бессмыслица!» – думаете вы. Вопросов много, а ответов нет. Вы достаточно умны, но ничего не знаете о геологии, вулканологии, строении земного шара и т. д. И не можете кого-нибудь попросить объяснить происходящее, потому что никто на всей планете этого не знает. Что же вам делать? Допустим, вас озаряет, вы приходите к предположению, что из-за чрезмерного давления в огненном брюхе Земли что-то выплеснулось наружу. Но даже в этом случае вы не можете быть на 100 % уверены, что это именно так. Никто не способен, впервые увидев извержение вулкана и ничего не зная о геологии, четко и полно объяснить, что происходит. И тогда в отчаянии вы делаете то, что сделал бы на вашем месте любой: объясняете происходящее делом рук богов или волшебников. Такова самая распространенная реакция на все тайны, с которыми сталкиваются люди с начала времен. Но мы живем в XXI веке и знаем, что извержение вулкана можно объяснить природными силами, здесь все обходится без участия богов и магии. Со времен плейстоцена в нас

ничего не изменилось, стало лишь доступным *естественное объяснение* подобных явлений. Это важно, потому что с появлением естественных объяснений всякие сверхъестественные теории чахнут. Магические объяснения теряют свою привлекательность, когда отпадает необходимость в них. Тысячи лет назад кто не счел бы солнечное затмение чудом? Сегодня же мало кто ощущает потребность ссылаться на магию для объяснения этого феномена. В природе ничего не изменилось. Изменились только наши знания астрономии. Возможно, терпение является главным качеством, которое мы должны проявлять, сталкиваясь с вопросами, не имеющими ответов. Если ориентироваться на прошлое, многие из сегодняшних чудес в будущем могут оказаться совсем не такими чудесными.

В основе многих утверждений о якобы имевших место конкретных чудесах и веры в чудеса вообще лежит невежество, и это никому из нас не следует воспринимать как оскорбление или грубость. Незнание чего-то отнюдь не означает глупость или интеллектуальную недоразвитость. Речь идет всего лишь об отсутствии конкретных знаний, необходимых для того, чтобы разобраться в сложившейся ситуации. Разумеется, каждый из нас невежествен в очень многих вопросах. Но здесь важно то, как мы реагируем на собственное невежество, когда оно дает о себе знать. Одни люди открыто признают, что каких-то вещей не знают, и действуют соответственно. Другие же пытаются скрыть свое невежество за выдуманными ответами.

Многие из нас пытаются объяснить то, что им неизвестно. Это, наверное, свойство человеческой природы или какой-то непреодолимый позыв, поэтому мы просто придумываем ответы, пробелы в знаниях заполняем необъяснимыми вещами. Но есть важная истина, о которой знает каждый хороший скептик: сказать «не знаю» не зазорно. Это совершенно нормально. Временами это бывает трудно, но именно так следует поступать. Если бы я выгуливал собаку и с неба мне под ноги упало первое издание «Простаков за границей» Марка Твена с подписью автора, я бы затруднился найти правдоподобное объяснение этому, мне оставалось бы только подумать: «Может, она упала из пролетавшего надо мною самолета, арендованного богатым коллекционером редких книг, или ее унес в стратосферу ураган, пронесшийся по Оклахоме, и она, пролетев сотни миль, упала прямо к моим ногам, или какой-то малолетний преступник украл ее из музея Марка Твена в городе Ганнибале, штат Миссури, а затем приехал в мой город, забрался на дерево, мимо которого я хожу, прогуливаясь с собакой, и в подходящий момент бросил мне ее под ноги?» Все это теоретически возможно, но, скорее всего, ни один из данных ответов не окажется правильным. Думаю, мне так и придется до конца своих дней жить с этой тайной и вздрагивать при любом упоминании Марка Твена или при каждом взгляде на его книгу, занявшую почетное место на моей книжной полке. Однако, будучи хорошим скептиком, я никогда не позволю себе сделать вид, будто знаю, что это боги подбросили мне книгу в качестве подарка. Не стану утверждать это, потому что о таких вещах *знать* не могу. Тайна и чудо – это вовсе не одно и то же.

Древние космические пришельцы

Правда ли, что пришельцы из далеких миров посетили Землю в древние или доисторические времена и, вступив в контакт с землянами, оказали влияние на технологии, искусство и религиозные убеждения, а может быть, даже смешались с людьми, чтобы дать толчок развитию земной цивилизации?

Может быть. Кто знает? Не могу утверждать наверняка, что этого не было, знаю лишь, что никто еще не доказал эту удивительную историю и не предоставил хотя бы сколько-нибудь убедительные аргументы в пользу данного тезиса. Ответственность за огромную популярность этого мифа ложится в значительной степени на опубликованную в 1968 году книгу «Колесницы богов», автором которой является бывший гостиничный управляющий Эрих фон Дэникен. Эта книга стала международным бестселлером сразу после выхода в свет и продолжает продаваться по сей день. Но почему так? Ведь люди не стали бы принимать на веру утверждения автора, если бы они не были подкреплены солидными доказательствами, верно? Но нет, стали – и продолжают верить. Для них, похоже, не имеет значения, что практически все профессиональные археологи мира отвергают утверждения автора. Людям просто нравится идея посещения Земли древними пришельцами, и ничего поделать они с этим не могут.

Не стану вдаваться во все неувязки теории древних посещений. Желающие могут обратиться за подробностями к моей книге «50 популярных заблуждений» («50 Popular Beliefs That People Think Are True»). Здесь я лишь хочу указать на то обстоятельство, что в основе всей этой истории лежит неверный и весьма оскорбительный взгляд на наших пращуров. Фон Дэникен и другие пропагандисты данного мифа смотрят на наших доисторических предков как на существ безнадежно тупых и беспомощных, совершенно неспособных совершать те действия, которые приписывают им антропологи и историки. Они были такими бестолковыми идиотами, что им приходилось прибегать к помощи инопланетян, чтобы чего-то добиться. Если бы не эти передовые в технологическом плане пришельцы, мы, очевидно, так и не вышли бы из пещер и не слезли бы с деревьев. Приведу несколько примеров отношения автора «Колесниц богов» к первобытным людям.

- «В горах Субис на западном берегу острова Борнео была обнаружена целая сеть огромных пещер, напоминающих размерами кафедральный собор, в которых хранились остатки ткани такой тонкости и изящества, что при всем желании невозможно представить себе, что она могла быть изготовлена примитивными дикарями».

- «Пирамиды есть зримое доказательство существования техники, понять которую невозможно. Сегодня, в двадцатом столетии, нет такого архитектора, который взялся бы построить копию пирамиды Хеопса, пусть бы даже в его распоряжении находились все мыслимые технические ресурсы со всех континентов».

- «Откуда авторы “Тысячи и одной ночи” обрели такое потрясающее множество идей? Как могло прийти им в голову описание лампы, откуда по желанию владельца с ним говорит джинн?»

- «Удивительная вещь: находим здания, воздвигнутые развитой культурой прошлого, которые и сегодня, обладая всей технической мощью, мы не можем повторить».

Эти утверждения не просто оскорбительно-снисходительные, они еще и неверны. Во-первых, современные в анатомическом плане люди существуют уже не менее 200 тысяч лет. Это означает, что люди с такими же мозгами, как у нас, существовали на протяжении более чем 195 тысяч лет до строительства египетских пирамид и сочинения сказок «Тысячи и одной ночи». Интересно отметить, что древние люди имели *больший* мозг, чем мы, а это может означать, что они были умнее нас. Это имеет смысл, если задуматься над тем, насколько мало шансов на выживание было в каменном веке у тугодумов. Большинство из них очень быстро выпадали из генетического фонда, отравляясь ядовитыми ягодами, погибая под обломками скал или попадая на обед к голодным хищникам. А сегодня даже самые тупые имеют высочайшие шансы не только на выживание, но и на попадание в элитарный подвид *Homo sapiens*, разряд знаменитостей.

Никто не станет утверждать, что переход от спящих на деревьях австралопитеков к *Homo sapiens* произошел в мгновение ока. Между эпохой *Homo erectus* и эпохой правления Хуфу много воды утекло. Разумеется, все это время научно-технический прогресс не стоял на месте, так что пришельцы вряд ли имеют к его достижениям какое-либо отношение. Короче говоря, ни в нас самих, ни в нашем прошлом нет никаких указаний на то, что нам была оказана некая помощь со стороны инопланетных существ. И вопреки утверждениям фон Дэникена мы смогли в прошлом и сумели бы сейчас построить гигантскую пирамиду, если бы захотели. Ученые даже наглядно продемонстрировали, каким образом древние египтяне могли перемещать и поднимать огромные каменные глыбы, используя лишь тогдашние технологии и мышечную силу. А уж в том, что это можно сделать с использованием современных технологий, никаких сомнений нет.

Прогресс науки и техники очевиден, даже если ограничиться рамками истории древнего Египта. Три знаменитые пирамиды в Гизе не вынырнули из песка в одночасье. Они отражают определенный этап в развитии технологий. Я видел расположенную неподалеку, в Саккаре, пирамиду Джосера, несколько более древнюю по сравнению с пирамидами Гизы. Она оказалась именно такой, какой я ожидал ее увидеть: производит впечатление своими размерами, однако в технологическом и художественном плане заметно уступает пирамидам Гизы. И во что же нам предлагается поверить: в то, что сначала менее разумные и менее способные пришельцы помогли египтянам построить пирамиду в Саккаре, а потом, несколько десятилетий спустя, уже более разумные и умелые пришельцы помогли тем же египтянам построить

более высокие и совершенные пирамиды в Гизе?

Конец света

Тем, кто пишет на научные темы, открывается целый мир благоприятных возможностей. Например, меня регулярно приглашают на радио для участия в разных программах, где обсуждается все на свете: от астрономии до зомби. В 2012 году меня пригласили в качестве одного из докладчиков в ток-шоу «Конец света в прямом эфире!», организованное Институтом поисков внеземного разума (SETI) в Музее компьютерных наук в Маунтин-Вью, штат Калифорния. Обсуждавшиеся там темы казались мне очень интересными: столкновения с астероидами, вирусные эпидемии, восставшие компьютеры, экологический хаос, иррациональные предсказания конца света и многое другое. Я не был уверен, как отреагируют на наше шоу сидевшие в зале зрители и радиослушатели, но успех этого апокалиптического спектакля превзошел все ожидания. Энтузиазм и теплота аудитории были необыкновенные. Да, есть что-то волнующее и притягательное в конце света. Но я должен был ожидать этого, потому что здесь нет ничего нового.

Апокалиптические страхи и фантазии интригуют, возбуждают, нервируют и пугают человечество на протяжении тысячелетий. Я не удивился бы, узнав, что племена *Homo erectus* в перерывах между охотой и собирательством время от времени тревожились о конце света. Не исключено, что пещеры были первыми бункерами, в которых прятались наиболее впечатлительные первобытные люди в страхе перед концом света. Наверняка можно утверждать лишь то, что наш интерес к последним дням этого мира граничит с одержимостью. Достаточно посмотреть на непрерывный поток фильмов, книг и телевизионных программ апокалиптической тематики в современной поп-культуре. Многие религиозные течения построены на фундаменте веры в скорый конец света и обещания спасения. Наука тоже внесла свою лепту, предложив несколько прелестных и основанных на убедительных доказательствах сценариев конца света, над которыми можно поразмышлять на сон грядущий. Вполне понятна притягательность этой темы. Сколь бы ужасной ни представлялась гибель человечества и всего мира, в этом есть также определенная привлекательность для той категории людей, которые считают не такой уж плохой идею нажать кнопку перезагрузки и начать историю мира с нуля. Больше не надо беспокоиться о квартплате и платежах по закладной. И на работу ходить незачем.

Конец мира, истребление человечества, коллапс цивилизации – весьма интересные темы для скептика, потому что мир ведь действительно может «закончиться» – вместе с нами. Это нельзя назвать совершенно безумной идеей. К примеру, гамма-излучение, взрыв близкой сверхновой, вспышки на Солнце – это совсем не шутки. Это вполне реальные вещи, которые

действительно случаются. И одного такого события может оказаться достаточно, чтобы мы все ушли в небытие. И некоторые из этих угроз не просто возможны или вероятны, они неминуемо осуществляются. Блуждающие в космическом пространстве шальные астероиды совершенно реально угрожают опустошить однажды нашу планету и уничтожить многие формы жизни на ней, как это уже бывало в прошлом. В настоящее время известно около миллиона объектов в Солнечной системе, которые представляют потенциальную угрозу, но однажды могут стать угрозой непосредственной. Попасть в перекрестье космического прицела мы можем через несколько лет, через несколько десятилетий или через несколько миллионов лет. Но рано или поздно это наверняка случится.

Еще есть супервулканы, извержения которых могут оказаться в *тысячи раз* мощнее извержений обычных вулканов, с которыми мы знакомы. Эти гигантские монстры редки, но они уже извергались в прошлом и будут извергаться еще. Один из них, Тоба, расположенный на острове Суматра, едва не стер человечество с лица земли 74 тысячи лет назад, когда мириады тонн пыли и дыма поднялись в атмосферу, заслонив солнце и заморозив землю. В результате этой катастрофы общая численность людского населения на планете сократилась, возможно, до двух тысяч человек. В принципе возможно (хоть и маловероятно) появление в результате мутаций или генной инженерии вируса, который уничтожит всех нас. Ядерной зимы после окончания холодной войны, похоже, никто всерьез не опасается, но тем не менее такая угроза сохраняется, более того, на сегодняшний день это наибольшая угроза для цивилизации. Публика уже почти забыла о ней, но в арсеналах США и России остаются тысячи ядерных ракет, которые по-прежнему могут выстрелить – по приказу или по ошибке.

Мой самый любимый сценарий конца света – это гибель человечества вследствие «метановой отрыжки» мирового океана. Да, хотите верьте, хотите нет, но в толще дна морей и океанов скопились огромные запасы содержащих метан отходов жизнедеятельности микробов за сотни миллионов лет их существования, так что если это все разом поднимется на поверхность, то климатические изменения, которые последуют за этим, неминуемо убьют нас. Критики, менее склонные прощать человеческие слабости, нежели я, сказали бы, что это был бы всего лишь справедливый конец для рода человеческого, ответственного за две мировые бойни и зашкаливающее количество безголосых бой-бэндов.

Однако не спешите паниковать и с воплями бежать из дома. Рано еще. Даже эти пугающие и основанные на научных фактах сценарии с большой вероятностью не приведут к исчезновению человечества, потому что мы можем постараться предвосхитить, предотвратить подобные напасти, избежать их или хотя бы уменьшить пагубное воздействие. Вот почему так важно не прекращать поиски и исследования. Не исключено, что некоторые из ответов, которые мы найдем сегодня, завтра спасут нас. Кроме того, мы сильны числом. Нас сегодня более семи миллиардов, что в сочетании с

нашим изобретательным интеллектом делает нас чрезвычайно живучим видом. Эта точка зрения подкрепляется проведенным в 2009 году исследованием, авторы которого, специалисты из Колорадского университета, пришли к выводу, что «исчезновение человечества как вида при отсутствии масштабной комбинации катастрофических событий является крайне маловероятным». Исследователи утверждают, что чрезвычайно трудно даже придумать негативный сценарий, при реализации которого погибли бы *все до одного*. Но это не означает, что мир не обречен. Увы, конец света практически неминуем.

Через четыре или пять миллиардов лет наша звезда умрет, как с течением времени умирают все звезды. Но Солнце не уйдет в мир иной тихо и незаметно. Оно будет умирать в агонии, как умирает озлобленный на всех человек, стараясь перед смертью побольнее ударить каждого, кто попадет под руку. Миллиарды лет Солнце согревало Землю, поддерживая на ней жизнь, но напоследок оно изжарит нашу планету и вскипятит всю воду на ней. Но для надежды места все еще полно. Четыре миллиарда лет – срок долгий. Маловероятно, если не невозможно, что люди столь далекого будущего будут хоть немного напоминать нас сегодняшних (если доживут до того времени). Возможно, наши потомки благополучно переберутся на какую-нибудь другую, более безопасную планету или создадут для себя какой-то искусственный мир. Не исключено, что они достигнут такого прорыва в науке и технике, что смогут управлять Солнцем или каким-то образом защитить Землю от ярости агонизирующего светила. Но, даже если нам удастся ускользнуть от солнечного гнева, конец света может наступить нас с другой стороны. Согласно современным представлениям астрономов, наша расширяющаяся Вселенная через 100 триллионов лет или около того погаснет. Впрочем, мы и этой участи можем избежать, перебравшись в другую вселенную или заиклившись во времени. В общем, какая участь уготована человечеству, предугадать невозможно. Время покажет.

Научные прогнозы и сценарии конца света, какими бы интересными и поучительными они ни были, для очень многих людей большой проблемы не представляют. Если критично и вдумчиво подойти ко всем этим теориям, тщательно, по-научному проанализировать их, станет понятно, что лишаться сна из-за них не стоит. Да, нам надо совершенствовать системы раннего обнаружения опасно приближающихся к Земле космических объектов и быть готовыми эффективно реагировать на возникающие угрозы. Мы должны делать все от нас зависящее, чтобы воспрепятствовать развитию и использованию бактериологического оружия. Мы можем также требовать сокращения ядерных арсеналов до такого количества, которое позволит уничтожить цивилизацию только раз или два, но никак не больше.

Единственно разумный подход к данной теме – это, конечно же, наука и скептицизм. Когда иррациональное мышление вмешивается в процесс, апокалиптические идеи не только начинают выглядеть глупо, но и могут стать опасными. Несть числа примерам того, как люди, иррационально

верящие в конец света, совершали ужасные поступки. Тем не менее мне неизвестны случаи группового самоубийства из-за того, что Солнце однажды погаснет. И об апокалиптических религиозных культах, созданных на основе утверждений геологов о существовании супервулканов, тоже никто ничего не слышал. Сомневаюсь, что есть люди, которые бросили работу и продали свои дома в ожидании метановой отрыжки или восстания, поднятого искусственным интеллектом. Нет, научные теории конца света при всей их важности источником деструктивного поведения фанатов не оказываются. А вот вера в *ненаучные* утверждения о конце света постоянно приводит к беде.

Когда-то давным-давно, на самой заре цивилизации (а может, и раньше), кто-то принялся красочно описывать всем, кто готов был его слушать, как мир вот-вот рухнет и при этом все погибнут. И люди поверили. Так началось это странное нескончаемое шоу, которое, принимая разные причудливые формы, продолжается по сей день. Поколение за поколением сотни миллионов людей, относящихся к самым разным культурам и обществам, верили в бесчисленные, сменявшие друг друга пророчества о судном дне и конце света. Пророчества эти всегда были исполнены бросающего в дрожь драматизма и непоколебимой уверенности, для аргументов же и доказательств места не находилось, чем, вероятно, и объясняется 100-процентное попадание подобных пророчеств в «молоко». Почему же люди продолжают верить во всю эту чушь, отравляющую мышление? Понятия не имею, но знаю, что противоядием является скептицизм.

Точные цифры назвать невозможно, но нет никаких сомнений в том, что на протяжении тысячелетий миллионы людей так или иначе пострадали и (или) погибли непосредственно по причине их веры в иррациональные, обреченные не сбыться пророчества о конце света. Может быть, наше очарование смертью парализует способность распознавать и отвергать очевидным образом вымышленные истории, или большинство из нас рождается со встроенной склонностью, не позволяющей сопротивляться соблазну пророчеств о судном дне, или наша любовь к шаблонам и страсть к завершенности заставляет нас мысленно дописывать близкий и конкретный конец человеческой истории, просто чтобы не было неопределенности.

Хорошая новость заключается в том, что мы не обречены быть беспомощными жертвами сочинителей этих историй. Все, что нам нужно, – это научный образ мышления, тогда всякие безумные идеи будут отскакивать от нас. Скептики – последние, кто будет сжигать нервную энергию, выбрасывать на ветер деньги, вступать в ряды свихнувшихся, убивать себя или вредить кому-то еще в ожидании конца света, приближение которого никем не доказано. Да, мы знаем, что заглядывать в будущее и стараться прогнозировать, что будет с нами завтра, имеет смысл. Скептическое мышление уже много раз предотвращало конец света, спасало мир и будет делать это снова и снова. Думайте головой, и все эти пророчества захиреют и отомрут.

Мистификация высадки на Луну

Что произошло? Как могло получиться, что величайшее в истории человечества приключение, грандиозный научно-технический прорыв миллионы людей во всем мире стали называть мистификацией и тайным заговором? В рамках программы «Аполлон» люди высаживались на Луну в общей сложности шесть раз! Астронавты разговаривали с нами с Луны, сделали фотографии, сняли на пленку свои прогулки по Луне, привезли с собой почти тысячу фунтов горных пород. И тем не менее многие люди продолжают отрицать факт высадки на Луну. Они считают, что это изощренная мистификация, призванная улучшить репутацию США в условиях холодной войны. Президент Ричард Никсон и НАСА лгали нам. Астронавты были актерами.

Как мы уже выяснили в разделе, посвященном конспирологическим теориям, человеческий мозг просто не может устоять перед хорошо рассказанной историей. Мы с удовольствием разносим слухи. Удержаться не можем, все думаем об услышанном и фантазируем, что было бы, если бы эти очевидные выдумки оказались правдой. Чем пикантнее, сочнее история, тем лучше. Позыв верить в слухи и распространять их является, вероятно, инстинктивным, это свойственно природе человека, так считают некоторые ученые. Дело не столько в том, что мы делаем, сколько в том, кто мы есть. «Приматы-сплетники» – хорошее наименование не только для рок-группы, но и для всего рода человеческого. В свете этого, полагаю, вера в такие вещи, как мистификация полетов на Луну, является не психическим отклонением, а, наоборот, нормой. Миссии «Аполлонов» были слишком масштабными, сложными и зрелищными, чтобы каждый принял их как факт жизни. И когда наконец дойдет до того, что человек впервые ступит на Марс, гарантирую, что найдется немало тех, кто скажет, что это все устроено в голливудском павильоне.

Поскольку я стараюсь быть скептиком, который всегда открыт новым идеям, то заставляю себя принимать во внимание аргументы людей, которые верят, что полеты на Луну были фикцией. Сколь бы нелепыми мне ни казались эти идеи, я не отвергаю их автоматически, хотя бы немного не обдумав. Никто не знает, что будет завтра, но на сегодняшний день вера американцев в мистификацию лунной миссии поубавилась. Теперь, как свидетельствуют результаты опроса, только 6 % жителей США считают, что это все было сфальсифицировано. Хотя за этой цифрой скрываются миллионы людей, их доля в общем населении определенно невелика. Однако следует учитывать также тех американцев, которые не отрицают высадку на Луну, но сомневаются в ней. Остается также открытым вопрос о том, сколько людей, живущих за пределами США, не верят в то, что кто-то побывал на Луне. Мне приходится часто и подолгу бывать за границей, и я не раз убеждался в том, сколь широко распространена эта убежденность в мистификации полетов на Луну. По моим личным наблюдениям, подлогом

лунную миссию считают многие жители Азии, Африки и Карибского бассейна. Согласно одному из опросов, четверть жителей Великобритании считают полеты на Луну мистификацией. В качестве мотивов такой их убежденности можно рассматривать невежество в плане развития космических исследований, плохое знание истории (президента Никсона ведь и сместили за его роль в мистификации лунной программы), недостаток воображения (это просто невозможно) и даже попросту антиамериканский настрой (ненавижу американцев, куда им на Луну). Бывший президент Венесуэлы Уго Чавес тоже считал лунную программу мистификацией, и главным мотивом была, конечно же, нелюбовь к США. Хорошим примером служат также афганские талибы, которые настолько погрязли в своем средневековом мышлении и средневековых предрассудках, что считают невозможным для простых смертных совершить такое путешествие. Для некоторых убежденность в мистификации может быть следствием полученного образования. Я слышал, например, что именно этому учат детей в кубинских школах. Мне было очень любопытно узнать об этом подробнее, когда я побывал на Кубе. Но как американец, которому позволили приехать на Кубу в качестве журналиста, я не имел возможности вступать в политические дебаты, поэтому вопрос так и остался невыясненным. Кубинцы, с которыми я встречался, были по преимуществу люди умные и позитивно относящиеся к науке, но не все были убеждены в том, что НАСА когда-либо отправляло людей на Луну.

Представители нынешней молодежи разных стран особенно склонны верить в фальсификацию лунной программы. Отчасти это происходит потому, что лунная программа осуществлялась в 1960–1970-е годы, которые им кажутся едва ли не историей древнего мира, отчего поверить в возможность полета на Луну еще труднее. Ведь даже сегодня на Луну никто не летает, как же это могли сделать в технологически «отсталом» XX веке? Не было ни сотовых телефонов, ни ноутбуков, а на Луну летали? Этому способствует доступность в интернете обширных пропагандистских материалов, отрицающих полеты на Луну. При отсутствии честного диалога и разумных контраргументов доводы этих пропагандистов могут показаться молодому человеку вполне убедительными.

В 2001 году по ТВ был показан псевдодокументальный фильм «Теория заговора: мы действительно летали на Луну?», который наверняка не только поднял новую волну иррациональных отрицателей в то время, но и по сей день продолжает морочить голову тем, кто просматривает его в интернете. Выдержки из фильма в YouTube собрали сотни тысяч просмотров. Эффективность профессиональных презентаций меньше всего зависит от того, правдивы они или нет. Согласно данным одного опроса, 27 % молодых американцев в возрасте от 18 до 24 лет «несколько сомневаются», что астронавты побывали на Луне, а 10 % считают это «крайне маловероятным».

Когда я читаю такую статистику и встречаюсь с людьми, верящими, что это все было обманом, моя первая реакция – сострадание и разочарование. Я

сочувствую тем, кто не ощущает никакой эмоциональной связи с этим великим достижением научно-технического прогресса. Это был такой грандиозный успех, что, казалось бы, каждый человек должен был гордиться тем, что хотя бы немного причастен к нему. Ясно, что мотивы для реализации программы были не самые высокие (обусловленный холодной войной милитаризм и национализм), но это не отменяет важности достигнутого успеха для всего человечества. В тот момент, когда первые люди ступили на поверхность Луны, мы перестали быть сугубо земным видом. Мы расширили свой ареал обитания, а значит, получили возможность мечтать о других свершениях. По крайней мере, так должно было быть.

Ниже приводятся некоторые аргументы сторонников теории о том, что полеты на Луну были фальсификацией. Помните, что здесь, как и во всей книге, я не призываю вас соглашаться со мной. Пенсионер вы или шестиклассник, я хочу, чтобы вы думали сами, своей головой. Поэтому, когда я делюсь с вами своими личными наблюдениями и идеями, пожалуйста, не думайте, что призываю вас следовать за мной, потому что я лучше знаю. Вы должны сами поразмышлять над этими, как и над всеми другими экстраординарными утверждениями.

Где звезды? Это, наверное, самое распространенное возражение со стороны тех, кто не верит в высадку американских астронавтов на Луну. Но на это возражение легче всего ответить. Если астронавты действительно были на Луне, тогда почему за ними не видно никаких звезд на ночном небе? Небо выглядит очень подозрительно, как будто черная стена, служащая фоном в павильоне киностудии. Причина проста. Звезды представляют собой весьма слабо светящиеся точки. Поверхность же Луны очень ярко отражает солнечный свет. Так же ярко светятся на солнце лунный модуль (спускаемый аппарат) и белые скафандры астронавтов. По этой причине, чтобы получить фотографии приличного качества, время выдержки фотокамеры пришлось установить на такую малую величину, что слабые звезды на пленке не успевали отобразиться. Зато астронавты получились хорошо. Если все еще сомневаетесь, попробуйте сами. Звездной ночью попытайтесь снять хорошо освещенного человека. Если ваш главный объект на фото выйдет хорошо, тогда звезды будут не видны. Все дело в разной *светимости*. Более того, контраст был так силен, что Чарли Дьюк, прибывший на Луну на корабле «Аполлон-16», говорил, что, будучи на Луне, даже невооруженным глазом не видел звезд.

Флаг развевался. Некоторые говорят, что на кадрах видно, как флаг, привезенный астронавтами на Луну, развевается на ветру. Разумеется, этого быть не могло, поскольку на Луне нет атмосферы, а значит, нет и ветра. Но на видеосъемке вот он, полощется. Ясное дело, во время съемок флага якобы на Луне кто-то открыл дверь в павильон или включил вентилятор.

Не путайте движущийся флаг и развевающийся флаг. Да, флаг движется. Но почему? Он движется, потому что астронавт покачивает им, закрепляя на поверхности Луны. Ветра там быть не может, но законы физики продолжают

действовать так же, как и на нашей планете. Флаг движется по инерции. Движения флагштока передаются полотнищу. Вот так все просто.

Хитрый Дик. Некоторые главной причиной своего недоверия к лунной программе называют недоверие к человеку, который занимал тогда Белый дом. Но если человек прославился как лжец и заговорщик, то это вовсе не означает, что *все*, чего он когда-либо касался, является ложью и фальшивкой. Может быть, Никсона можно назвать аморальным политиком, но это не доказывает, что он организовал мистификацию шести полетов на Луну. Из Уотергейта Мунгейт не вытекает.

Они лгали. Я знаком со многими людьми, которые непосредственно участвовали в космической программе Америки в эпоху «Аполлонов». С одними я общался на научных конференциях, у других брал пространные интервью. Вот лишь неполный список этих людей:

Джин Сернан («Аполлон-10», командир «Аполлона-17»);
Джон Янг («Аполлон-10», командир «Аполлона-16»);
Джин Кранц (руководитель полетов в Центре управления полетами);
Алан Бин («Аполлон-12»);
Базз Олдрин («Аполлон-11»);
Скотт Карпентер (астронавт из первого отряда американских астронавтов «Меркурий-7»);
Том Стаффорд (командир «Аполлона-10»);
Фрэнк Борман (командир «Аполлона-8»);
Расти Швайкарт («Аполлон-9»);
Джим Макдивитт («Аполлон-9»);
Уолтер Джейкоби (инженер, член команды Вернера фон Брауна);
Дейв Скотт («Аполлон-9», «Аполлон-15»);
Тед Сейзин (инженер, участвовавший в создании космического корабля «Аполлон»);
Джек Черне (инженер, участвовавший в создании лунного модуля);
Джеймс О'Кейн (инженер, участвовавший в создании космических скафандров).

Я нахожу важным упомянуть всех этих людей потому, что если высадка на Луну была мистификацией, значит, все эти люди и очень многие другие – лжецы. Если на Луну никто не летал, значит, все эти годы они свято хранят величайшую в истории тайну. Это, конечно, не исключено, но я не верю, что они все лгали, потому что я смотрел в глаза астронавтам Джону Янгу, Джину Сернану и другим, когда они делились со мной своими воспоминаниями о пребывании на Луне. Выдающиеся инженеры рассказывали о том, как много и тяжело они трудились, создавая механизмы, способные доставить людей на

Луну, а потом в целостности и сохранности вернуть на Землю. Руководитель полетов Джин Кранц говорил мне о том, что он переживал во время этих длительных экспедиций. Легко обвинять людей во лжи, когда ты знаешь лишь их имена или видишь их изображение на экране телевизора. Но, когда ты встречаешься с ними лицом к лицу и слушаешь их чистосердечные истории, трудно даже вообразить, как они могут быть лжецами. Например, астронавт Чарли Дьюк, летавший на «Аполлоне-16», сказал мне, что оставил на Луне фотографию жены и детей. Если он, говоря это, прикрывает мистификацию, это уже через край. И финансовый мотив здесь не просматривается, потому что, разоблачив заговор, астронавт, участвовавший в программе «Аполлон», мог бы заработать миллионы. Кроме того, зачем им так стараться прикрывать заговор, если столько лет прошло. Холодная война закончилась давным-давно. Советского Союза больше нет. Кеннеди, Джонсон и Никсон – все умерли. Я могу допустить, что они все лгали мне, как лгали всему миру. Возможно, все они великие актеры. Я готов даже допустить, что у всех у них хватило воли хранить эту тайну более сорока лет. Но я сомневаюсь.

Где кратер? Если посмотреть на фотографии лунного модуля (спускаемого аппарата «Аполлона»), можно заметить, что он не оставил после себя на поверхности глубокого кратера. «Почему?» – вопрошают те, кто считает лунную программу мистификацией. Почему лунный модуль с его мощным ракетным двигателем не выдул на поверхности Луны глубокий кратер? Ответ простой: умные инженеры НАСА подумали об этом и предусмотрели на лунном модуле систему мягкой посадки.

Что происходит, когда спринтеры пересекают финишную линию на стометровке? Они замедляют бег, правильно? Они расслабляются и по инерции неспешно добегают до бортика или ограды. То же самое с лунным модулем. Когда командир «Аполлона-17» Джин Сернан решил спуститься на лунную поверхность, он включил систему мягкой посадки. Кратер не образовался, потому что двигатели в момент посадки работали отнюдь не на полную мощность.

Как и в случаях с другими мифами и заблуждениями, утверждения о том, что лунная программа была мистификацией, в значительной мере объясняются недостатком знаний. К сожалению, большинство американцев слишком мало знают о программе «Аполлон» и еще меньше о том, какие гигантские усилия американские военные и НАСА приложили для ее реализации. О масштабах и успехах советской космической программы они тоже осведомлены очень слабо. А ведь Советский Союз опережал США в космической гонке на протяжении большей части 1960-х годов. Если бы американцы сфальсифицировали высадку на Луну, то русские обязательно узнали бы об этом, и можно не сомневаться, что тогда об этом узнал бы весь мир. Нил Армстронг, первый человек, ступивший на поверхность Луны, так обо всем этом сказал: «Сымитировать это было бы гораздо труднее, чем просто сделать».

Только 5 % американцев знают, сколько астронавтов побывали на Луне. Если спросить, очень многие отвечают: один, два или три. Абсолютное большинство респондентов убеждены, что миссия на Луну была только одна, видимо, «Аполлон-11» (как самая известная). Но на самом деле полетов на Луну было *девять*. В шести случаях была высадка на Луну, в общей сложности на Луне побывали *двенадцать* человек. В связи с этим возникает еще один вопрос: если имела место мистификация, с какой целью нужно было повторять ее шесть раз? Зачем столько стараний и мучений? Ведь каждая новая фальсификация лишь повышает вероятность того, что вас поймают за руку.

Возможно, если бы люди, не верящие в реальность полетов на Луну, поближе познакомились с тем, как осуществлялись эти полеты, разобрались в целях и задачах космических кораблей «Меркурий» и «Джимини», предшествовавших «Аполлонам» и призванных разведать обстановку и определить, где прилуниться, где должна быть орбита, как вообще можно жить в космосе, и прочие детали, они увидели бы все это дело в новом свете. Никто ведь не объявил в один прекрасный день ни с того ни с сего, что американские астронавты высадились на Луне. Тысячи людей на протяжении многих лет упорно трудились над тем, чтобы это произошло. Это один из самых светлых моментов в истории человечества, и *каждый* должен считать этот праздник своим.

Нострадамус

Если не рассматривать чисто религиозных персонажей, Мишель де Нострадам, или Нострадамус, является, пожалуй, самым популярным из паранормальных предсказателей будущего за всю человеческую историю. Этот человек умер в 1556 году, но ему до сих пор продолжают посвящать новые книги, веб-сайты и телевизионные программы. Телевидение особенно старается сделать так, чтобы наследие Нострадамуса продолжало смущать наши умы, поставив на поток сомнительного качества документальные фильмы, где его писания связываются с различными событиями современности: от войны в Афганистане до Зоны 51. Забавно то, что Нострадамус никоим образом не заслужил такого повышенного внимания к своей особе. Его предсказания, если их вообще можно так назвать, не выдерживают и пяти минут вдумчивого анализа.

Нострадамус – французский врач и астролог XVI века. Такое сочетание профессий в те времена было вполне нормальным. В XVI веке медицина и астрономия как науки были развиты очень слабо, большинство людей были крайне невежественны в этих вещах, поэтому считалось совершенно закономерным, если врач, делая кровопускание пациенту с больным горлом, параллельно объяснял, каким образом от его даты рождения зависят его карьера и отношения с женщинами.

Понятное дело, есть основания думать, что в Нострадамусе было что-то

особенное. Ведь в те времена гадалок, астрологов и предсказателей по Европе бродило видимо-невидимо, но в истории осталось только имя Нострадамуса. Даже сегодня полно людей, которые пытаются строить магические прогнозы. У некоторых из них немало последователей, и они неплохо зарабатывают. Точность их предсказаний не хуже и не лучше, чем у Нострадамуса, однако он возвышается над ними всеми. Отчего так?

Нострадамус сегодня так широко известен по двум причинам: хорошая раскрутка и плохое мышление. Его имя продолжает волновать наши умы просто потому, что мало кто критически задумывается над тем, что он якобы писал, и можно ли то, что он якобы писал, всерьез рассматривать в качестве точного предсказания важных будущих событий. Недоразвитый скептицизм – вот что позволило этому мифу так разрастись на пустом месте. Слава Нострадамуса росла как снежный ком благодаря давно известному зелью, покоряющему наши умы и сердца. Это зелье называют «дым и зеркала», но, если хотите, его можно назвать попросту вздором. Феномен Нострадамуса – хороший пример эффекта иллюзии правды. Когда вы слышите о чем-то снова и снова, это с каждым разом внушает все больше доверия, какой бы ахинеей ни было. Свою роль здесь также играет эффект конформизма, присоединения к большинству. Если ваши друзья и знакомые постоянно говорят об удивительной силе Нострадамуса как предсказателя, ваш мозг тоже может поддаться общему увлечению.

Важным ключом к разгадке секрета Нострадамуса является та манера, в которой он излагал свои предсказания. Он писал их в форме катренов, четверостиший. Если вам когда-нибудь захочется стать пророком, то имейте в виду, что ваши пророчества должны иметь как можно более двусмысленную, неясную поэтическую форму. Чем более цветист и туманен ваш язык, тем больше шансов, что ваши пророчества однажды будут объявлены верными. Например, Нострадамус не писал, что «вирусная эпидемия охватит мир в 1918 году и уничтожит более двадцати миллионов человек». Он не писал, что «20 июля 1969 года три человека отправятся к Луне, а двое из них, Армстронг и Олдрин, пройдут по поверхности Луны». Такие пророчества изложены слишком четко, и здесь не может быть сомнений, сбылись они или нет.

Мы не можем даже быть уверены, что Нострадамус действительно писал то, что приписывают ему его поклонники, потому что ничего из его оригинального творчества не сохранилось. Цитаты, которые мы читаем или слышим по телевизору, являются переводами сомнительных списков, списанных с других списков, которые тоже откуда-то списаны. Кто знает? Может быть, он действительно предсказывал будущее и делал это с предельной точностью, но мы не можем этого знать, потому что к его оригинальным работам доступа у нас нет. Нам известны лишь популяризованные предсказания, которые приписываются Нострадамусу и никакого впечатления не производят. Прочитайте следующие строки и судите сами:

Дикие звери от голода пересекут реки,
Большая часть лагеря будет против Гистера,
В железную клетку засадят знаменитого человека,
Когда ничто не защитит дитя Германии.

Ну что ж, яснее и быть не может. Совершенно очевидно, что имеется в виду Адольф Гитлер, так утверждают многочисленные толкователи Нострадамуса. Ведь слово «Гистер» близко к слову «Гитлер», не так ли? Не поспоришь. Здесь мы имеем ссылку на человека, который родился через несколько столетий после смерти Нострадамуса, но при этом Нострадамус знал о нем. Но не спешите делать выводы. Да, слово «Гистер» похоже на «Гитлер», но еще больше оно похоже на «Истр», как называли реку Дунай во времена Нострадамуса. На то, что речь идет, скорее, о реке, чем о диктаторе, жившем в XX веке, свидетельствует первая строка, где говорится о пересечении *рек*. Не думайте, что я нарочно выбрал неудачный пример, чтобы выставить Нострадамуса в плохом свете. Наоборот, это один из самых популярных катренов. Да, не все, кто верит в Нострадамуса, считают правильным связывать слово «Гистер» с Гитлером. Однако все без исключения поклонники Нострадамуса, с которыми я общался, цитировали этот катрен как свидетельство сверхъестественной проницательности предсказателя.

Даже если сам миф о Нострадамусе является пустословием, он содержит в себе важный урок. Если мы не хотим, чтобы нас дурили, то не должны доверять притянутым за уши интерпретациям и чрезмерным натяжкам.

Хорошие скептики также стараются вдумываться в контекст. Если человек выступает в модной телевизионной передаче с великолепными спецэффектами и приятной музыкой, это еще не значит, что он знает, о чем говорит, или что он говорит правду. Очень часто мы слушаем выступления разного рода «экспертов» по НЛО, по привидениям, по Нострадамусу и склоняемся верить им. Не смейте делать это! Меньше думайте о том, *кто* перед вами выступает, и больше – о том, *что* он говорит. Даже если нобелевский лауреат завтра заявит, что после тщательного изучения вопроса он пришел к выводу, что Нострадамус был настоящим пророком со сверхъестественными способностями, этого будет недостаточно, чтобы убедить меня. Разумеется, его заслуги и титулы привлекли бы мое внимание, но при отсутствии серьезных доказательств эти утверждения остались бы для меня пустым звуком.

Околосмертные переживания

Одно из самых популярных верований заключается в том, что после смерти мы продолжаем жить в другой форме и в другом месте. Если это правда, значит, то, что нам представляется смертью, на самом деле не смерть, то есть не конец. Это переход в иное состояние бытия, ничего более. Такие

утверждения, к сожалению, доказательствами не сопровождаются. В лучшем случае мы имеем необычные истории небольшого числа людей, которые рассказывают, что они умерли, затем на короткое время были препровождены в рай или в ад, после чего вернулись на землю, чтобы жить дальше.

Околосмертные переживания многими людьми рассматриваются как абсолютное доказательство существования жизни после смерти, никак не меньше. Согласен, эти истории действительно могут оказывать сильное эмоциональное воздействие на слушателей. Я знал женщину, которая утверждала, что после смерти побывала на небе и была отправлена на землю самолично Иисусом. Она рассказывала мне о вратах рая, «украшенных жемчугами и брильянтами», о небесных улицах, в самом буквальном смысле вымощенных золотом, о фруктовых вазах, которые сами собой магическим образом наполняются, стоит им опустеть. Она видела ангелов, которые инструктировали вновь прибывших, как правильно поклоняться Богу. А потом она встретила Иисуса. «Борода у него идеально подстрижена, – сказала она. – И такие красивые голубые глаза. Он заговорил со мной и сказал, что помажет меня и отправит обратно на землю».

Мне доводилось читать книги, написанные людьми, которые якобы умерли, а потом вернулись с того света. Автор одной из них утверждал, что после смерти он был на короткое время отправлен в ад. Когда люди пересказывают подобные истории, пытаясь убедить меня в существовании жизни после смерти, я отвечаю им, что, даже если жизнь после смерти существует, рассказываемые *истории* никоим образом это не доказывают. Это вопрос слишком сложный и важный, чтобы можно было полагаться на слова человека, который может точно так же заблуждаться, как все мы. Я готов допустить, что человек, рассказывающий о своих посмертных переживаниях, психически здоров и честен, но как мы можем быть уверены, что ему все это попросту не приснилось? Возможно, воспоминания об этом сновидении несут в себе такой мощный эмоциональный заряд, что человек сам уже не может понять, что он видел во сне, а что было на самом деле. Мы знаем, что такое вполне может случиться. Например, путешествие человека, который рассказывал, что побывал в аду, началось из постели, после того как он отошел ко сну. По его словам, он проснулся на полу рядом с кроватью. Он находился в сильном потрясении и испуге и, как утверждает, хорошо помнит, что был в аду. Но покидал ли он свою спальню? Разве не является наиболее простым и вероятным объяснением случившегося то, что это все ему приснилось (плюс несовершенство человеческой памяти)? При отсутствии доказательств не стану обвинять этих людей во лжи. Но все мы подвержены кошмарным снам, заблуждениям, галлюцинациям и ошибкам памяти.

Стандартные элементы, из которых складывается большинство историй, рассказываемых людьми, пережившими клиническую смерть, с наибольшей степенью вероятности можно рассматривать с позиции неврологии. Свет в конце туннеля, чувство покоя и умиротворения, лицезрение самых дорогих

людей, встречи с религиозными персонажами – все это можно объяснить естественными процессами, происходящими в умирающем или подвергнутом стрессу мозге. Разумеется, это не опровергает саму возможность существования жизни после смерти. Речь идет лишь о том, что околосмертные переживания не являются таким железобетонным доказательством, как многие думают. Вот если бы люди, якобы вернувшиеся с того света, привезли с собой оттуда какое-то материальное доказательство, тогда другое дело. Например, ту же фруктовую вазу, которая сама наполняется. Если же материальные предметы с собой в обратный путь захватить невозможно, как насчет какой-то особой, уникальной информации, по которой можно было бы однозначно определить, что да, этот человек действительно побывал в раю или в аду? Но все, что мы слышим, – полные драматизма истории, которые легко могли присниться или привидеться.

Когда мозгу не хватает кислорода, могут происходить многие странные вещи. Пилоты сообщают о *туннельных* видениях (свет в конце туннеля) с последующим наступлением временной слепоты в условиях экстремальных перегрузок, будь то в кабине самолета или на тренировочной центрифуге. Это связано с оттоком крови от глаз. Люди, которые не умирают, но чей мозг находится в состоянии сильнейшего стресса и кислородного голодания, также сообщают о галлюцинациях. Ученым удается даже искусственным образом вызывать галлюцинации и ощущение, что человек покидает собственное тело, для этого необязательно умирать или лишать мозг кислорода, а достаточно лишь воздействовать электрическим током на определенные участки мозга. Вот так. Не нужно никакой жизни после смерти, чтобы объяснить все эти переживания, вполне можно использовать электричество.

Истории, описывающие чувство покоя и умиротворения при приближении смерти, лично мне даже близки. Когда мне было двенадцать лет или около того, я пытался перебраться через канаву по канализационной трубе, но упал и сильно расшибся. Я лежал на краю канавы, обливаясь кровью, еле живой. Но при этом чувствовал себя замечательно! Мой мозг перенес меня куда-то туда, где нет ни боли, ни страха. Я хорошо помню, как лежал, уткнувшись лицом в грязь, и ничего, кроме счастья, не ощущал. Ясно, что я был не настолько плох, чтобы квалифицировать это как околосмертные переживания, и не помню, чтобы покидал свое физическое тело, но опыт был определенно необычный. Правда, эти приятные ощущения скоро ушли, сменившись чувством сильной боли. Благодаря этому инциденту я хорошо понимаю, что имеют в виду люди, когда говорят, какими счастливыми они чувствовали себя, умирая. Я также могу поверить, когда рассказывают о необычных видениях или об ощущении, что ты куда-то переносишься в таком состоянии. Но каким образом все это доказывает существованиерая, ада или каких-то иных форм жизни после смерти?

Наверное, было бы неплохо, если бы мы все знали и имели в виду, на какие фантазии способен человеческий мозг, когда все идет хорошо. Даже

когда стоит прекрасная погода, светит солнышко и мы пребываем в полном здравии, мозг очень легко может обманывать нас, видя, слыша, ощущая и вспоминая то, чего нет и никогда не было. Если такое возможно (а мы знаем, что это так), тогда не следует ли скептически относиться к рассказам о таких же переживаниях людей, находящихся при смерти или «умерших» на короткое время? Вы не думаете, что в таких обстоятельствах мозгу еще меньше оснований доверять?

Если кто-то хочет надеяться на то, что после смерти что-то есть, на здоровье. Как и большинство людей, я был бы только рад возможности хоть как-то обмануть смерть. Но не следует впадать в заблуждение, думая, что существует значительный архив историй об околосмертных переживаниях, доказывающих, что есть жизнь после смерти. Все это не более чем истории, которые сами по себе не являются доказательствами.

Бермудский треугольник

В океане есть участок, таинственная зона, действующая как своего рода естественная или сверхъестественная черная дыра, которая поглощает проплывающие суда и пролетающие самолеты. Может, это портал в другую вселенную? Или инопланетяне балуют? Быть может, это как-то связано с загадочной Атлантидой? Мы знаем лишь, что в этой зоне, известной как Бермудский треугольник, происходит что-то очень странное и опасное. Вот это да! Я много лет прожил в непосредственной близости от Бермудского треугольника. Я даже купался в нем. Как интересно! Жаль только, что все это нелепая чушь.

Чтобы оценить, чего стоят все утверждения насчет Бермудского треугольника, давайте обратимся к истории вопроса. Откуда это все пошло? Кто первым затронул эту тему? Каким был первоначальный контекст? Какие объяснения предлагались первыми? Если найти ответы на указанные вопросы, можно пролить достаточно света на то, что нас беспокоит, чтобы понять, что оно не стоит того времени и внимания, которое ему уделяют. Как мы скоро увидим, есть проблемы с доказательствами и интерпретацией, которые камня на камне не оставляют от мифа о Бермудском треугольнике. Уже из происхождения этой легенды становится очевидной ее полная безосновательность.

Самое раннее известное упоминание о Бермудском треугольнике можно обнаружить в журнале «Argosy» за февраль 1964 года. В этом издании публиковались научно-фантастические рассказы и повести, ориентированные на молодежь. Заметьте, не ВМС США, не береговая охрана, не «National Geographic» первыми подняли эту тему, чтобы предупредить человечество об опасностях, которые таит в себе Бермудский треугольник. Нет, источником стал журнал, специализирующийся на *приключениях и фантастике*. Автор статьи Винсент Гэддис писал ее явно ради гонорара и даже не представлял, что поспособствует развитию одного из величайших мифов современности.

Однако так и случилось.

В 1974 году писатель Чарльз Берлиц далеко превзошел Гэддиса и буквально озолотился на своем «документальном» бестселлере «Бермудский треугольник» («The Bermuda Triangle»). Вопреки всякому здравому смыслу книга имела такой ошеломляющий успех, что именно благодаря ей идея Бермудского треугольника закрепилась в поп-культуре и миллионы людей поверили в то, что речь идет о реальной смертельной угрозе. К сожалению, многочисленных читателей нисколько не смутило полное отсутствие каких-либо доказательств, опирающихся на факты и логику. Берлиц ограничивается лишь громкими, ни на чем не основанными заявлениями, чуть-чуть редактируя и приукрашая старинные легенды моряков. Его перу принадлежат и другие книги, в числе которых «Атлантида: восьмой континент» («Atlantis: The Eighth Continent») и «Розуэлльский инцидент» («The Roswell Incident»), где используются «доказательства» примерно такого же качества.

Подробный анализ мифа о Бермудском треугольнике можно найти в замечательной книге «Тайна Бермудского треугольника разгадана» («The Bermuda Triangle Mystery – Solved») Ларри Куше. Автор разоблачает одно за другим утверждения поклонников этого мифа и подробно объясняет, каким образом малозначительная или вовсе придуманная история может быть вывернута наизнанку и приукрашена так, чтобы выглядеть вполне убедительным свидетельством наличия некой мрачной сверхъестественной силы. Например, трагическое происшествие с «Рейсом 19» является, пожалуй, наиболее известной историей, связанной с Бермудским треугольником.

Согласно Берлицу и другим сторонникам рассматриваемого мифа, то, что пять американских торпедоносцев «Avenger» 19 декабря 1945 года вылетели с военно-воздушной базы Форт-Лодердейл и бесследно исчезли в идеальных погодных условиях, никакого естественного объяснения иметь не может. Однако Куше показывает, что беспристрастный анализ фактов свидетельствует об ином. Командир звена был новичком на этой базе и с теми местами был незнаком. Его группа, вероятнее всего, попросту заблудилась, у них кончилось горючее, прежде чем они смогли добраться до берега, и они упали в море. К тому времени уже стемнело, море штормило. Неудивительно поэтому, что никаких останков самолетов поисково-спасательные группы не обнаружили. Самолеты тяжелые, они просто утонули. Ничего паранормального в этом нет, верно?

И это подводит нас к самой главной проблеме мифа о Бермудском треугольнике: с самолетами и кораблями крушения иногда случаются. Этого следует ожидать. И крушения на море в отличие от крушений на земле далеко не всегда позволяют определить причину, дать четкое и очевидное объяснение случившемуся. Но отсутствие ответов на некоторые вопросы не доказывает, что речь обязательно идет о сверхъестественном феномене. Дело в том, что сторонники легенды о Бермудском треугольнике пытаются дать

одно общее объяснение множеству разрозненных инцидентов. Но не может быть одной-единственной причины, будь она естественная или сверхъестественная, у тысяч аварий, крушений, катастроф, случающихся на протяжении многих десятков лет в том или ином регионе.

«Исследования, которые я затеял, чтобы собрать как можно больше информации о Бермудском треугольнике, привели к неожиданному результату, – пишет Куше. – Изучив все свидетельства, я пришел к следующему выводу: *нет никакой единой теории, которая позволила бы разгадать эту тайну*. Искать какую-то общую причину всех исчезновений в Бермудском треугольнике ничуть не логичнее, чем пытаться установить единую причину всех автомобильных аварий на дорогах Аризоны. И если отказаться от попыток поиска общей теории и расследовать каждый случай в отдельности, то тайна понемногу перестает быть тайной».

Я уверен, что корабли и самолеты не пропадают в зоне Бермудского треугольника в таких количествах, чтобы можно было говорить о чем-то необыкновенном. Но я решил провести расследование со всей основательностью и на всякий случай навел справки в военно-морском флоте и береговой охране США. Ни в одном из этих ведомств никакого беспокойства в отношении проблемы Бермудского треугольника не проявили, хотя, казалось бы, у ВМС США достаточно оснований волноваться о пропаже кораблей и самолетов в этом регионе. Ведь там изо дня в день тысячи моряков и летчиков несут службу на кораблях, подводных лодках и самолетах, стоимость которых исчисляется миллиардами долларов. Однако командование ВМС наотрез отказывается рассматривать Бермудский треугольник как какой-то особый источник опасности.

Наконец, есть береговая охрана, которой о Бермудском треугольнике положено знать, пожалуй, даже больше, чем военно-морскому флоту, ведь эти люди по роду своей службы отвечают за безопасность в районе Бермудского треугольника. Я позвонил в Майами, где расположена база береговой охраны США, и поговорил с одним офицером, который сообщил мне, что они нисколько не верят в историю с Бермудским треугольником и никак не принимают ее во внимание в ходе исполнения своих обязанностей. Он также сослался на следующее официальное заявление береговой охраны:

Береговая охрана не признает существование так называемого Бермудского треугольника как географической зоны, представляющей особую опасность для судов и самолетов. При анализе гибели или исчезновения самолетов и кораблей в этом районе за многолетний период не было выявлено ничего такого, что указывало бы на возможное воздействие каких-либо иных причин, помимо физических. Никакие экстраординарные факторы выявлены не были.

Дело закрыто. Тайна разгадана. Давайте наконец-то похороним ее со

всеми почестями в море. Легенде о Бермудском треугольнике пора вернуться к своим истокам, обрести первоначальный статус интересной, но выдуманной истории, которую серьезные люди не должны воспринимать всерьез. Это история, которую можно рассказывать у костра детям, приехавшим на каникулы на карибское или атлантическое побережье Флориды, но не более того.

Огорчает, однако, то обстоятельство, что уже полузабытый к 1990-м годам миф о Бермудском треугольнике сегодня переживает возрождение. Без сомнений, это связано с изобилием вводящих в заблуждение веб-сайтов, выставяющих эту историю как историческую правду и научный факт. В последнее время наблюдалась также лавина псевдодокументальных фильмов на эту тему на кабельном телевидении. Это привело к модернизации и новой популяризации мифа среди следующего поколения некритически мыслящих людей.

Атлантида

Атлантида, таинственный город (или континент), опустившийся в результате каких-то катастрофических событий на дно морское, является типичным примером недоказанных необыкновенных утверждений, которые несут в себе, скорее, развлекающий, чем угрожающий заряд. Что же плохого в том, если кто-то верит в мифическую Атлантиду, которая в научно-техническом плане опережала даже нас сегодняшних и от которой отпочковались все древние цивилизации? В чем здесь вред?

Вера в Атлантиду является симптомом чего-то более серьезного. Это можно рассматривать как тревожный сигнал, указывающий на какие-то нарушения в мыслительном процессе человека. Способность поверить в Атлантиду означает, что защитное скептическое поле выключено или очень ослаблено. Ведь если такая вера появилась у человека, несмотря на все логические нестыковки и полное отсутствие доказательств, ему ничто не мешает использовать потенциально опасные средства лечения, вложить деньги в мошеннические инвестиционные проекты или стать жертвой разного рода бессовестных личностей и организаций. Сами по себе такие верования поначалу кажутся безвредными, но с течением времени могут привести к тому, что мы увязнем в трясине заблуждений, а это действительно может навредить нам. Например, вера в Атлантиду имеет странную связь с присущей адептам Нью-Эйджа верой в целебную силу кристаллов. Человек может начать тратить время и деньги на «целебные» кристаллы. А если кристаллы заменят собой медицинские препараты, это уже может привести к серьезным проблемам. «Безвредная» вера в Атлантиду может перерасти в очень опасную веру в целебную силу камней. Кстати, если кто-то из читателей подумает, что миф об Атлантиде относится к числу маргинальных мифов, у которых считанные единицы поклонников и на которые не стоит даже внимания обращать, то нужно отметить, что результаты опросов

утверждают иное. Например, согласно опросу, проведенному несколько лет назад, более 40 % взрослых американцев верят в существование «древних передовых цивилизаций, таких как Атлантида». Более тревожными, однако, представляются результаты другого опроса, согласно которым в Атлантиду верят 16 % школьных учителей.

Как это часто бывает в случаях, когда ни о каких свидетельствах и доказательствах нет и речи, описание самого объекта веры очень сильно варьируется от одного адепта к другому. Одни понимают под Атлантидой величественный город или континент, который еще несколько тысяч лет назад по своему научно-техническому развитию значительно превосходил не только все существовавшие в то время культуры, но даже, как полагают некоторые, и нашу нынешнюю цивилизацию. К примеру, есть мнение, что атланты обладали ядерным оружием, воздухоплавательными аппаратами и технологиями производства энергии, до которых нам еще очень далеко. Кое-кто высказывает утверждения, что здесь не обошлось без пришельцев: либо инопланетяне посещали Атлантиду, либо сами атланты были инопланетянами. Практически никем из верящих в Атлантиду не оспаривается тот факт, что этот город (или континент) исчез с лица земли вследствие какого-то катастрофического события типа землетрясения или цунами. Предполагается, что ныне Атлантида покоится на дне Атлантического океана или, может быть, под антарктическими льдами, дожидаясь, когда ее обнаружат. Обратите внимание на популярный компонент мифа: перед самой гибелью Атлантиды атланты создали очаги культуры в других местах, ставшие семенами современной цивилизации. В одной из версий утверждается, что мы все являемся потомками недоразвитых рабов атлантов, которым удалось покинуть город перед самой его гибелью. Таким образом, все современные люди связаны с Атлантидой тесными узами. Да, весьма увлекательная история. И я понимаю, почему нам так хочется поверить в нее. Но, если подойти к ней практически, она производит не столь сильное впечатление.

Прежде чем мы разберемся, почему имеет смысл сомневаться в этой истории, давайте разьясим очень важный момент: *местонахождение Атлантиды неизвестно, нет никаких серьезных археологических или исторических оснований полагать, что она вообще когда-либо существовала*. Это важно подчеркнуть по той причине, что многие из нас склонны думать, будто Атлантида открыта учеными или, по крайней мере, имеется достаточно доказательств того, что она когда-то существовала. Люди попросту введены в заблуждение, поскольку средства массовой информации то и дело сообщают, что Атлантида то ли уже обнаружена, то ли почти обнаружена. Вот лишь несколько заголовков статей: «Атлантида могла быть затоплена цунами»; «На спутниковых снимках “видна Атлантида”»; «Атлантида “явно возле Гибралтара”». Я выбрал именно эти заголовки еще и потому, что их источником является Би-Би-Си, один из самых уважаемых и заслуживающих доверия источников информации в мире. Справедливости ради надо

признать, что в двух приведенных заголовках ключевые слова взяты в кавычки. Это переносит бремя ответственности за эти слова с Би-Би-Си на тех, кого журналисты цитируют. Кроме того, во многих подобных случаях где-то в глубине статьи указывается, что на самом деле это всего лишь гипотезы и предположения, ни о каких доказательствах реального обнаружения Атлантиды речь пока не идет. Все это не более чем «обнадеживающие данные», «возможные ключи», «интересные догадки» – все что угодно, только не реальные артефакты, доказывающие существование Атлантиды. Однако ущерб уже нанесен, потому что многие люди ограничиваются чтением заголовков, а всю статью прочесть не удосуживаются, а если и читают, то отпечаток, оставленный броским заголовком, так и остается в подсознании. И если такой человек не станет убежденным адептом Атлантиды, то он все равно может укрепиться во мнении, что *что-то* в истории с Атлантидой все-таки есть. А ведь на самом деле, как мы сейчас увидим, в ней нет ничего, кроме красивой легенды.

Нам известен только один источник, указывающий на существование и гибель Атлантиды, но весьма впечатляющий: Платон, один из величайших философов в истории человечества, упоминает об этом городе в двух своих диалогах: «Тимей» и «Критий». Что же он сообщает нам об Атлантиде? Складывается впечатление, что, стремясь преподать урок, Платон ссылается на древнее «предание» о городе-государстве, которое было слишком милитаризованным и высокомерным, чтобы это могло пойти ему на пользу. Из этого следует, что Платон вовсе не имел в виду серьезный исторический доклад о реальной стране и реальных людях. Он использует вымышленную, аллегорическую историю, чтобы преподать урок тем, к кому обращается. Упоминание Атлантиды Платоном никоим образом не доказывает, что она действительно существовала. Это подтверждается тем, что все остальные источники, дошедшие до нас из древнего мира, обходят существование Атлантиды полным молчанием. Если предположить, что Атлантида далеко превосходила все другие страны в науке, технике и культуре и дала толчок рождению всех прочих великих цивилизаций, то чем объяснить, что о ней нет никакого упоминания у египтян, карфагенян, римлян, шумеров, вавилонян, ионийцев, македонцев и т. д.? Археолог Кеннет Федер в своей великолепной книге «Мошенничества, мифы и тайны: наука и псевдонаука в археологии» («Frauds, Myths, and Mysteries: Science and Pseudoscience in Archaeology») пишет: «Вы не встретите *современных историков*, которые обсуждали бы историчность “Властелина колец” или Гарри Поттера, поскольку все понимают, что это всего лишь литературные персонажи, плоды художественной фантазии. Но точно так же и греческие историки, читавшие Платона, не ощущали потребности даже обсуждать его рассказ об Атлантиде. Они понимали, что Платон это просто придумал».

Важно иметь в виду, что люди, которые во что-то искренне верят, часто пытаются втянуть скептиков в споры, против чего последние и не возражают. Например, мне случалось общаться с приверженцами мифа об Атлантиде,

которые, устав от бесплодных попыток обратить меня в свою веру, меняли тактику и начинали обвинять меня в догматизме, антинаучности и нежелании даже допустить возможность того, что археологи однажды обнаружат где-то на дне морском остатки древнего города, который, возможно, назывался Атлантидой. Разумеется, вероятность этого существует. Я вообще большой фанат подводной археологии. Когда-то я интервьюировал Боба Балларда, который обнаружил «Титаник» и геотермальные источники в Галапагосском рифте, и поделился с ним своим энтузиазмом в отношении гигантского потенциала, который есть у подводной археологии. Ведь люди многие тысячелетия живут на берегах водоемов и занимаются мореплаванием. Озера, моря, океаны полны удивительных артефактов, которые могли бы пролить свет на наше прошлое. Кроме того, с учетом изменчивости нашего мира, в том числе береговой линии континентов, утверждение, что какой-то древний город может скрываться под водой, является не только возможным, но очень даже вероятным. Кто знает? Может, на дне морском и есть город, который когда-то назывался Атлантидой. Но пока он не будет обнаружен, знать мы этого не можем. И если найдут руины какого-нибудь города, это все еще не будет доказательством того, что там жили люди, опережавшие нас в научно-техническом плане, или раса инопланетян. Мы живем в реальном мире, должны задавать правильные вопросы, искать доказательства и не позволять себе втягиваться в дебаты по темам, против которых на самом деле не возражаем. Иными словами, нам нужно стараться быть хорошими скептиками.

Зона 51

Представьте, что вы президент Соединенных Штатов или командующий ВВС. К вам в кабинет врывается запыхавшийся помощник и докладывает: «Боже мой, подтвердилось! Наши люди досконально изучили место крушения и сообщают, что это определенно космический корабль внеземного происхождения. Подобраны четыре трупа инопланетян, находившихся в корабле. Какие будут распоряжения?»

Разумеется, вы распорядитесь, чтобы остатки космического корабля и трупы инопланетян отправили в Зону 51. Куда же еще? Ведь всем известно, где американские власти прячут космических пришельцев. Зона 51 фигурирует во многих научно-фантастических книгах и фильмах и долгие годы является излюбленным объектом пересудов для уфологов. По существу, она давно уже превратилась в комическое клише американской поп-культуры. Не удивлюсь, если однажды включу телевизор и услышу что-нибудь в таком роде: «Ли Харви Освальд, гибрид человека и инопланетянина, ясновидящий, Весы, телепортирован в один из ангаров Зоны 51, где его мозг будет воссоздан бывшими нацистскими учеными, которые сами были подвергнуты химической лоботомии “людьми в черном”, которые в реальности являются агентами ЦРУ и тесно сотрудничают с

пришельцами, не содержащими фтора». Как же Зоне 51 удалось стать одним из столпов причудливой американской мифологии? И что там на самом деле происходит?

Прежде всего уточним, что Зона 51 существует, то, что там происходит, действительно покрыто тайной. Отрицать этого нельзя. После многих лет отрицания гласность добралась и до этой совершенно секретной военной базы, и теперь ни для кого не секрет, что на протяжении десятилетий там занимались весьма необычными вещами. Но замороженные пришельцы? Летающие тарелки? Попытки воссоздания и копирования внеземных технологий? Скорее всего, ничего такого не было. Верящие в миф о Зоне 51 попросту сбиты с толку. Они путают *тайные авиационные разработки* и *тайные авиационные разработки с участием инопланетян*; они ошибочно принимают *секретные военные самолеты* за *космические корабли пришельцев*.

Несмотря на всю секретность, о Зоне 51 известно очень даже много. Мы знаем, например, что это испытательный полигон, входящий в состав крупной военной базы, расположенной в пустынной части штата Невада, менее чем в девяносто милях от Лас-Вегаса. Эта территория известна также под кодовыми наименованиями «Ранчо Парадайз» и «Грум-лейк». Там занимаются разработкой и испытаниями новых военных самолетов. Для пущей секретности многие полеты производятся по ночам. Для тех же самых целей базу использует и ЦРУ. По этой причине частые «наблюдения НЛО» в данном регионе не должны никого удивлять, для этого совсем не обязательно обладать воспаленным воображением и излишней подозрительностью.

Список самолетов, которые, как известно, испытывались в Зоне 51, включает в себя несколько воистину революционных моделей. В обстановке крайней секретности в период с 1950-х по 1990-е годы там испытывались такие удивительные летательные аппараты, как U-2, А-12 и ставший ныне знаменитым SR-71 Blackbird. Эти самолеты-разведчики были совершенно необычными и по своему внешнему виду, и по техническим характеристикам. Их максимальная скорость превышала 2000 миль в час (3200 км/ч), а потолок высоты превышал 85 000 футов (26 000 м). Для сравнения: крейсерская высота полета большинства современных авиалайнеров составляет 35 000 футов (10 000 м), а скорость обычно не превышает 600 миль в час (1000 км/ч). В годы холодной войны миссия SR-71 заключалась в том, чтобы летать далеко, высоко и быстро и фотографировать военные базы и наземную активность на советской территории. Прилизанная форма и футуристические линии SR-71 даже сегодня производят впечатление. Один такой самолет установлен на возвышении в музее воздухоплавания и космонавтики в Сан-Диего, и, если смотреть на него снизу, легко представить, что лет пятьдесят назад непосвященные вполне могли пребывать в уверенности, что только что лицезрели летательный аппарат из других миров, если он с ревом пронесся у них над головой вскоре после старта или если они замечали его через иллюминатор

нормального пассажирского самолета.

В Зоне 51 испытывались также «самолеты-невидимки» B-2 Spirit и F-117 Nighthawk, когда о них еще никто не слыхивал, кроме немногих посвященных в военных и правительственных кругах. Бомбардировщик B-2 с его «летающим крылом» и без хвостового оперения по своему дизайну выглядит как придумка голливудских создателей спецэффектов. Если смотреть на него в полете, то под некоторыми углами он вообще не похож на самолет в обычном смысле. Более того, он может быть очень похож на *типичную* летающую тарелку. Штурмовик F-117 Nighthawk тоже имеет весьма причудливый вид. Он отличается необычной угловатой формой и необычным V-образным оперением сзади, неожиданным образом сочетающим в себе руль высоты и руль направления. Да, от братьев Райт мы прошли долгий путь. Но насколько отделились от них на самом деле, можно только гадать, потому что странные самолеты, про которые мы *знаем*, что они испытывались в Зоне 51, только дразнят нас и лишь намекают на то, о чем мы *не* знаем, что сегодня разрабатывается и испытывается в обстановке строжайшей секретности на какой-нибудь другой базе.

Большое, как утверждается, число заявлений о наблюдениях НЛО в окрестностях Зоны 51 некоторыми воспринимается как убедительное доказательство того, что власти прячут там космические корабли пришельцев, чтобы использовать их по назначению или посредством «обратной разработки» создавать на их основе собственные космические аппараты. Эти утверждения весьма спорные. Первая проблема состоит в том, что, если вы наблюдаете неопознанные летательные аппараты в окрестностях секретной базы, где втайне разрабатываются и испытываются необычные летательные аппараты, в этом нет ничего странного. Другая проблема, достаточно обычная для многих необыкновенных утверждений, заключается в следующем: вопросы, на которые нет ответов, сами по себе ответами не являются. Если вы не можете распознать наблюдаемый вами летающий объект, это еще не повод утверждать, что он обязательно является космическим кораблем внеземного происхождения. Некоторые люди очень критично относятся к той секретности, которой обставляют свою деятельность американские военные, отказывающиеся давать прямые и честные ответы на вопросы о том, что у них там происходит. Но чего вы ждали? Разве не следует ожидать секретности от секретных операций ВВС и ЦРУ на секретной базе? И уж, во всяком случае, это никоим образом не свидетельствует о том, что здесь хоть каким-то боком задействованы инопланетяне.

Имейте в виду, что может пройти много лет между первыми испытаниями новых секретных самолетов на полигонах вроде Зоны 51 и преданием гласности самого существования этих самолетов. Так было в прошлом, почему это должно измениться в настоящем? Не сомневаюсь, что прямо сейчас в ночном небе над Америкой летают всякие странные объекты, способные повергнуть в шок всякого, кто не в курсе. Подозреваю, что

сегодня вероятность этого даже выше, чем когда-либо, благодаря активным разработкам беспилотных летательных аппаратов и войне, объявленной терроризму после 11 сентября 2001 года. Огромные денежные средства и интеллектуальные силы сегодня направляются на разработку новых, усовершенствованных, все более экзотических летательных аппаратов. Журнал «Air and Space», издаваемый Смитсоновским институтом, сообщает, что примерно 30–36 миллиардов долларов выделяется ежегодно на разработки и развитие новых авиационных технологий в одной только Зоне 51. Получается что-то около 100 миллионов долларов *в день*. Даже те беспилотные летательные аппараты, или дроны, которые нам известны, имеют весьма необычную наружность. Можно только гадать, насколько странной конструкции могут быть модели, которые в настоящее время находятся еще только в стадии разработки и испытаний. По крайней мере, мы можем быть уверены, что в Зоне 51 или где-то еще сейчас занимаются очень интересными делами, о которых нам ничего не известно. И если вам доведется краем глаза увидеть какие-то из этих разработок летящими в ночном небе, вы легко можете вообразить, что это что-то из другого мира. Но вряд ли ваше предположение окажется верным.

Экстраординарные религиозные верования

Обойти вопросы религии и ограничиться рассмотрением таких менее болезненных тем, как астрология и НЛЮ, для меня было бы проще всего. Но хороший скептик спуску никому и ничему не дает. Скептицизм требует постоянства. Убеждать людей не платить кровно заработанные тысячи долларов экстрасенсам, чтобы они тут же побежали отдавать свои деньги религиозным целителям, дабы помочь последним обзавестись еще одним лимузином, большого смысла нет. Я понимаю, что религии многие люди придают гораздо больше значения, чем всяким экстрасенсам и НЛЮ, но в таком случае не следует ли усилить бдительность? Если боги, священные книги, существование рая и ада действительно важны для нашего благополучия, не опасно ли впасть в заблуждение и молиться не тому богу, следовать не тем правилам, читать не те книги или доверять не тем пророкам? Вопрос сложный, мягко говоря, и скептицизм здесь может очень даже помочь. За последние несколько тысяч лет люди, в большинстве своем умные, благонамеренные и искренние, без тени сомнений верили в миллионы богов и создали сотни тысяч уникальных религиозных культов, большая часть которых слишком сильно противоречит друг другу, чтобы их можно было логически примирить. И если вы искренне хотите побудить человека критически разобраться в этой ситуации, никто вас в неучтивости или неделикатности не упрекнет. По крайней мере, этого требует то, что мы наблюдаем в религиозной жизни людей сейчас и видели в прошлом.

Многие из тех, кто придерживается каких-нибудь религиозных убеждений, уже являются довольно хорошими скептиками. Они насквозь

видят всякие жульничества, искажения истории, логические ошибки и просто лживые утверждения, которыми пропитано множество религиозных культов, включая и тот, которого они сами придерживаются. Есть, к примеру, многочисленные верующие, весьма скептически относящиеся к святошам-миллионерам и считающие их лжецами и ворами, которые наживаются на тех, у кого недостает скептицизма. Миллионы верующих мыслят достаточно критично и отвергают поучения священнослужителей, которые утверждают, что любая буря представляет собой наказание Божье, а всякое везение – подарок богов. Короче говоря, скептицизм не должен оставаться за порогом религии. Он является приемлемым, полезным и важным даже для тех, кто не готов или не может отказаться от веры в своего бога или богов.

Подозреваю, что многие религиозные люди робко сторонятся скептического мышления или даже испытывают враждебность к нему, потому что видят в нем стремление подорвать их веру в то, что по-настоящему важно для них. Но что происходит, когда верующий человек отвергает возможность скептически воспринимать происходящее? Он остается наедине с проблемами, которые ему совсем не нужны. Например, многие миллионы религиозно настроенных людей становятся жертвами шарлатанов от медицины и прочих жуликов и тратят время и деньги на заведомо лживые идеи, которые они легко разоблачили бы, если бы попытались мыслить критически. Не устаю призывать верующих быть хорошими скептиками, потому что это в их интересах. В этом безумном мире скептицизм им нужен не меньше, чем всем остальным. Даже если кто-то считает, что о каком-то конкретном боге критически размышлять нельзя, пусть, по крайней мере, он будет хорошим скептиком во всех других аспектах жизни.

Скептицизм важен для верующих и по отношению к их собственному религиозному культу, потому что и в рамках одного культа можно следовать ложным идеям и верить в то, во что верить не следует. Оставим пока в стороне вопрос о существовании богов. Религия зачастую служит для верующих защитной оболочкой, подпитывающей и удерживающей в их голове идеи, от которых, на мой взгляд, им следовало бы очиститься. У меня нет намерения нападать на какие бы то ни было религиозные конфессии и оскорблять чувства людей, просто таково положение вещей. Каждый знает, что религия, как и любые другие общественные институты, может использоваться для мотивации, оправдания и защиты направленного во вред себе и обществу в целом поведения. Задумайтесь о страданиях сотен миллионов женщин, каждый день терпящих жестокое обращение со стороны мужчин, которые считают, что именно этого требует от них религия, или, по крайней мере, думают, что они вправе так себя вести, потому что их религия позволяет им оставаться безнаказанными. Подумайте о детях, которым родители прививают откровенно псевдоисторические и псевдонаучные знания и взгляды, потому что их побуждает к этому религия. Креационисты, к примеру, придерживаются убеждения, что наш мир существует шесть, от

силы девять тысяч лет. На самом же деле нашей планете около 4,5 миллиарда лет. Поэтому утверждения креационистов не просто неверны, они *потрясающе* неверны. И если вы думаете, что в XXI веке ни один образованный человек в здравом уме не станет утверждать, что мир существует шесть тысяч лет, знайте, что так считают миллионы людей, потому что эта идея вдолблена им в голову и не может оттуда выбраться, удерживаемая защитным куполом религии. Однако те верующие, которым достает скептицизма, легко поймут, что это утверждение не может быть правдой, и отвергнут его. Они зададут несколько простых вопросов и обратят внимание на то, насколько сходятся оценки астрономов, физиков, палеонтологов, палеоантропологов, археологов, ботаников, биологов и геологов, утверждающих, что Земле намного больше шести тысяч лет. В итоге этот человек может продолжать верить в своего бога или богов, но при этом он станет более просвещенным и не будет больше цепляться за псевдонаучные утверждения, которые лишь мешают людям лучше узнать мир, в котором они живут.

Скептицизм полезен для всех и всегда. Не должно быть никаких религиозных «заповедников», где непозволительно задавать вопросы и требовать доказательств. Верующие ничем не отличаются от других людей в том смысле, что им точно так же каждый день приходится сталкиваться с ложью и заблуждениями. И зачастую это происходит в рамках их собственного религиозного культа. Надеюсь, верующие согласятся с тем, что никакая религия не лишена недостатков, потому что в любом случае мы имеем дело с людьми, которым не чуждо ничто человеческое. В истории любого религиозного культа можно найти неверные повороты и лидеров, которые обманули доверие своих последователей. По этим причинам религиозным людям имеет смысл вооружиться скептицизмом – хотя бы ради самозащиты.

Резюме

- Хорошие скептики не утверждают, что совершенно точно знают, что все экстраординарные и недоказанные утверждения неверны и ни при каких обстоятельствах не могут оказаться правдой. Важная черта хорошего скептика – быть настроенным на восприятие новых аргументов и фактов.

- Скептику не следует упрямо защищать раз и навсегда занятую позицию. Его цель – выбрать умозаключение, в наибольшей степени согласующееся с существующими фактами и доказательствами. Если бы ему довелось перенестись в мир, где полным-полно призраков, вампиров и магических кристаллов, хороший скептик обязательно захотел бы побольше узнать об этих новых для него реалиях.

- Скептиков часто обвиняют в том, что они против все го, тогда как на самом деле они лишь противостоят ошибкам, заблуждениям и лжи.

- Лучше, если скептик, сталкиваясь с экстраординарными

утверждениями, не ограничивается тем, что требует доказательств, а привносит свои идеи, просвещает оппонентов насчет исторического контекста рассматриваемого вопроса, рассказывает немного об особенностях функционирования человеческого мозга и, может быть, предлагает достаточно убедительное объяснение происходящего. Хорошие скептики побуждают людей критически относиться к любым утверждениям, они борются с ложными идеями, а не с теми, кто в эти идеи верит.

Глава 4

Правильное обслуживание и питание вашего мыслительного механизма

Вы цените свой мозг? Обращаетесь с ним так хорошо, как он того заслуживает? Когда-нибудь задумывались, сколько всего нужно этой покрытой извилинами штуковине весом в три фунта, которая втиснута в ваш череп? Знаете ли вы, что ваш мозг делает для вас изо дня в день? Благодарны ли вы ему за то, что он помог вам справиться с математикой в средней школе, за то, что подсказывал вам нужные слова на первом свидании? Не забываете ли говорить ему спасибо, когда вам удается успешно обойти конкурентов в борьбе за более высокую должность? И когда вы просыпаетесь каждое утро и обнаруживаете, что не умерли за ночь, находите ли время поблагодарить свой мозг за то, что он присматривал за вами, пока вы спали? Ведь это мозг следит за тем, чтобы вы продолжали дышать во время сна.

Если вы, как и большинство людей, не слишком озабочены тем, что нужно вашему мозгу, чтобы он оставался здоровым и продолжал хорошо выполнять свою работу, задумайтесь о причинах этого. Почему вы не уделяете внимания центру вашей личной вселенной? Ваш мозг – это ваше начало и ваш конец. Другого такого органа просто нет. Даже близко. Ваш мозг – это ваш штаб, театр, музей, зона любви, центральный вокзал, центр управления, национальный архив, библиотека, музыкальная студия, источник всех эмоций, место, где мужество и страх борются между собой за первенство. Мозг – это ваше *все*. Остальное тело можно уподобить электропроводке и канализации. Мозг – это место, где происходят все чудеса. Жизнь мозга – ваша жизнь. Другие части тела можно отремонтировать, заменить или вообще обойтись без них. Не хватает руки? Пожалуйста, протез. Больное сердце? Трансплантируйте его. Но смерть мозга означает, что вам конец. Его нельзя заменить, потому что он – это *вы*. Может быть, в будущем настанет день, когда у нас появится возможность выгружать информацию из мозга на компьютерные диски для пущей сохранности или когда мозг сможет функционировать без тела. Но на данный момент он является единственным вместилищем вашей личности, ваших инстинктов, памяти, сновидений, навыков и знаний. В свете всего этого я снова задаю вопрос: вы обращаетесь со своим мозгом так, как он того заслуживает?

Если нет, то почему?

Мозг заслуживает лучшего отношения

По правде говоря, большинство людей проявляют недостаточно уважительное отношение к своему мозгу. Мы относимся к нему как к чему-то само собой разумеющемуся и зачастую ведем себя так, словно наш мозг – просто набивка для черепа. Может быть, было бы лучше, если бы череп был прозрачным и мы видели мозг не только другого человека, но и свой собственный – в зеркале. Представьте, что вы могли бы невооруженным глазом отличать здоровый мозг от больного, когда кто-то проходит мимо вас по тротуару. Возможно, в этом случае данный орган получал бы от нас хотя бы не меньше внимания, чем талия, прическа или ногти. К сожалению, в большинстве своем мы вспоминаем о существовании своего мозга только тогда, когда он кричит, как ему плохо, но даже в такой ситуации многие реагируют не так, как нужно. Когда он страдает от голода или жажды, мы пьем болеутоляющие таблетки. Когда он хочет спать от усталости, мы накачиваем его кофеином. Когда наш мозг оступается и ошибается из-за того, что ему не хватает необходимой информации или тренировки, мы не признаем очевидного и не стараемся обеспечить его этими ресурсами. Нет, мы объявляем его слабым и ограниченным: «Это не моя вина, я завалил работу потому, что у меня в голове был туман, а не потому, что плохо спал ночью. Я не знал ответа на данный вопрос просто потому, что я тупой, а не потому, что не учил».

Обнимите свой мозг

Наш мозг слишком важный, особенный и чудесный, чтобы оправдать такое небрежение и плохое обращение. Поэтому я призываю вас обнять свой мозг, всей душой полюбить этот мыслящий механизм. Не ждите, когда зазвучит драматичная фоновая музыка и грянет дальний гром, знаменуя сей важный момент. Извините, что напоминаю, но ваша жизнь не кино. Просто примите решение. Поклянитесь себе отныне и впредь выше ценить свой мозг и заботиться о нем. Это самое меньшее, что вы можете сделать для него, учитывая все то, что он делает для вас. Если бы ваш мозг устроил себе хотя бы десятиминутный перерыв, полностью отрешившись от вашей жизни, вас бы уже не было в живых. Мы постоянно беспокоимся о сердечном ритме, но бесперебойная работа мозга куда важнее. Старайтесь помнить, что он не только позволяет вам смотреть телевизор сорок часов в неделю и отыскивать нужные продукты в огромном и запутанном супермаркете, но и выполняет еще массу других обязанностей, в том числе регулирует ваше дыхание, частоту пульса, процессы кровообращения, пищеварения и т. д. Он постоянно работает на вас, не дожидаясь благодарности с вашей стороны.

Если вам нужен какой-то стимул, чтобы по достоинству оценить свой

мозг, задумайтесь о прошлом. Подумайте, что вам нужно было вчера, чтобы вы могли жить сегодня. Вы и ваш мозг находитесь в конце длинного ряда умов, которые жили и мыслили на протяжении многих тысячелетий. Сотни тысяч лет назад человек прямоходящий научился изготавливать каменные орудия труда и приручил огонь. Все достигнутое нашей цивилизацией с тех пор имеет прямую связь с этими первыми достижениями и невероятной гибкостью человеческого разума. А теперь мысленно перенеситесь еще дальше в прошлое, на миллионы лет назад. Представьте себе небольшое семейство австралопитеков в доисторической Африке, которые успешно выдержали все тяжелейшие испытания, выпавшие на их долю, не имея ни мощных клыков, ни когтей, не быстроты, ни силы, ни тонкого обоняния, ни острого зрения. Превосходство они имели только в разуме, в мозгах. Свой путь к успеху они не пробили, не прогрызли, а умом проложили. Они рассуждали и представляли себе различные решения возникающих проблем, и это позволяло им прожить достаточно долго, чтобы оставить после себя потомство, свои гены, те самые гены, которые носите в себе вы.

Согласно последним научным данным, первые современные в анатомическом плане люди появились на Земле около 200 тысяч лет назад. Мозг (по существу, такой же, как наш) наделял их всеми умственными и творческими способностями, которые были им необходимы, чтобы выжить, изобретать и строить. Попробуйте прочувствовать и оценить связь между вами и всеми теми людьми, которые жили задолго до вас. Ведь у вас точно такой же мозг, мозг, покоривший мир! Наши предки изобрели копья и коллективно охотились на пещерных медведей ростом в двенадцать футов и на мамонтов весом в восемь тонн. Вечерами они сидели вокруг костра и рассказывали всякие истории. Их мозг помогал придумывать новые способы спасения от хищников, охоты на добычу и улучшения жизни. Они оглядывались на окружающий мир, а затем воссоздавали его средствами искусства, что является еще одним изобретением мозга. Люди размышляли над тем, что может скрываться за горизонтом, а затем отправлялись в плавание, чтобы выяснить это. Они воображали, планировали, а затем строили огромные каменные структуры, такие как Гёбекли-Тепе, пирамиды в Гизе и Парфенон. Своим мозгом наши предки даже дошли до нового образа мышления, называемого наукой, и это позволяло им лучше понять мир природы. Благодаря людям, которые жили до вас, вы сегодня принадлежите к весьма эксклюзивному клубу. Именно благодаря вашему развитому мозгу, вокруг которого вертится вся ваша жизнь, вы сейчас не сидите на ветке дерева, надеясь на то, что стае волков, собравшихся внизу, надоест вас ждать и они уйдут. Именно благодаря мозгу вы можете сейчас смотреть в ночное небо и иметь реалистичное представление о том, что видите и где находитесь. Благодаря мозгу вы можете поставить перед собой цель на следующий год и вообразить, что эта цель достигнута. Это его заслуга, что вы занимаете особое место на этой планете.

Трудные испытания и победы древних людей не произвели на вас

особого впечатления? Особая любовь к этой длинной последовательной цепочке умов, которые жили прежде, так и не просыпается в вас? Что ж, тогда у меня есть еще более убедительный аргумент: позаботьтесь о своем мозге, потому что это в ваших личных интересах. Трепетное отношение к собственному мозгу поможет вам добиться улучшений в жизни, успехов в учебе, спорте, любви и творчестве, улучшит настроение, сон, укрепит здоровье и т. д. Если хоть что-то из перечисленного интересует вас, продолжайте внимательно читать эту книгу.

Хорошее питание – хорошие мысли

Если хотите, чтобы ваш мозг оставался здоровым и хорошо функционирующим, нужно правильно питаться. Не волнуйтесь, я не собираюсь уговаривать вас сесть на диету. Я только хочу, чтобы вы понимали, что полноценная работа мозга начинается с хорошего питания. Вредные привычки питания губительны для мозга. Я многие годы изучал вопросы бедности в глобальном масштабе и обнаружил, что одним из самых тревожащих аспектов данной проблемы является то, что недоедание и неправильное питание вредят умственному развитию и здоровью мозга в целом. То, что наш мир так разбрасывается своим интеллектуальным потенциалом в каждый момент каждого дня только из-за того, что бедные люди, особенно дети, недоедают, мне кажется непростительным. Но эта проблема не ограничивается только бедными. Связь между правильным питанием и здоровьем мозга никуда не исчезает и при высоком уровне доходов и ВВП. Биология ведь остается та же. Количество и качество топлива, которое мы вбрасываем в свой организм, либо стимулируют мозг, либо вредят ему, это относится к любому человеку. Да, хроническое недоедание губительно для мозга, но если вы съедаете за день всякой дряни на 8000 ккал, это тоже может стать причиной серьезных проблем. Судите сами, сколько раз нам приходится говорить или слышать подобные вещи: «Спасибо, мама, но мне хватит. Наверное, мне не надо было есть вторую порцию твоего пудинга с салом, это вредно для сердца».

Между тем лучше бы вы почаще думали примерно так: «Я воздерживаюсь от фастфуда и газировки, потому что это вредно для мозга». Оберегать мозг от всяких вредных веществ, получаемых с пищей, не менее важно, чем оберегать сердце или другие органы и части тела.

Вы должны знать и никогда не забывать, что ваш мозг очень требователен и даже, пожалуй, жаден. Для нормальной работы ему необходимо около 20 % всей крови, циркулирующей в организме. Это очень много для такого маленького органа, масса которого (около трех фунтов) не составляет и 2 % от общей массы тела (в среднем). Обезвоживание, недостаток калорий или белков переносятся мозгом весьма болезненно. Он перестает думать, творить, решать проблемы, утрачивает былую бодрость, начинает хандрить. Это очень серьезные проблемы для хорошего скептика,

для всякого человека, который хочет мыслить самостоятельно и эффективно, потому что, если уморить мозг голодом, он не только перестанет отличать лохнесское чудовище от прыгающей лягушки или решать простейшие математические задачи, вы ходить не сможете.

Старайтесь не забывать очевидную вещь: ваш мозг теснейшим образом связан со всеми прочими системами организма, с вашим телом в целом. Он имеет отношение ко всему, что происходит с вами. Если вы употребляете в пищу слишком много вредных продуктов, злоупотребляете алкоголем или сладкой газировкой, мозг непременно испытает это на себе. Беспокойтесь не только о том, что лишний кусок торта негативно скажется на объеме талии и бедер, знайте, что мозгу это тоже нанесет вред.

Печально, что качество продуктов в наши дни очень часто ассоциируется исключительно с их жирностью. Нас больше всего заботит, каким образом питание отражается на нашей внешности. Иногда на ум приходят вещи поважнее внешности, такие как опасность развития диабета или сердечно-сосудистых заболеваний, но о здоровье мозга редко кто вспоминает. Мало кто придерживается здоровых диетических привычек прежде всего ради своего собственного мозга. А ведь это должно быть главным мотивом для всех нас ввиду исключительной важности этого органа.

Так что же нам есть, чтобы мозг оставался здоровым и хорошо работал? Существует множество таблеток и настоев, которые без каких-либо на то оснований обещают сделать нас гениями и навсегда остановить естественные процессы старения (теперь-то, надеюсь, вы на эту удочку не клюнете). Есть также множество научных исследований, подтверждающих, что некоторые продукты питания вроде бы способствуют здоровью мозга в ближайшей и долгосрочной перспективах. Однако я считаю, что для большинства людей гораздо продуктивнее было бы придерживаться общей философии правильного питания для здоровья тела и мозга, вместо того чтобы охотиться за результатами каждого нового исследования, намекающего на обнаружение очередного чудо-продукта. Чем проще будет ваша диета, тем больше шансов, что она окажется полезной в долгосрочной перспективе.

Придерживайтесь простых принципов: ешьте больше овощей и не выходите за рамки общей калорийности потребляемой за день пищи. Прямая связь между правильным питанием и здоровьем мозга доказана наукой. И любой разумный человек должен иметь это в виду. Например, в журнале «Neurology» опубликована статья, доказывающая сильнейшую связь между регулярным потреблением зелени (шпината, например) и снижением темпов развития слабоумия в старости. Но вы и так знали, что шпинат полезен и что его нужно есть чаще и больше. Нет нужды прыгать выше головы или относиться к еде как к обузе. Фокус лишь в том, чтобы делать правильный выбор в долгосрочной перспективе. Нужно стараться придерживаться здоровых привычек питания *большую часть времени*. К примеру, если вы любите мясо, чаще ешьте лососину, а красного мяса употребляйте поменьше.

Выбирая между гамбургерами и запеченной курицей, отдавайте предпочтение второй. Хот-доги и колбасу лучше вообще обходить стороной. Сладкие газированные напитки стоит исключить из рациона. Если вы позволяете себе нарушить режим, соблюдайте меру. Перекусывать лучше фруктами и орехами, а не конфетами. Поэкспериментируйте и придумайте собственный вариант «витаминной смеси» из качественных ингредиентов и носите ее с собой, чтобы можно было время от времени, как говорится, заморить червячка. Особенно рекомендую чернику и голубику. Но помните, что питаться одним только шпинатом, брокколи и ягодами недостаточно, для того чтобы поступить в Гарвардский университет или обезопасить себя от рака. Нужно принимать разумные решения на протяжении всей жизни, только так вы дадите себе шанс многие годы оставаться здоровым, физически крепким и умным.

Не нужно ничего усложнять, просто прикиньте, какие продукты вам нравятся больше всего, и питайтесь ими. Голодом морить себя нет необходимости, есть то, что вам не нравится, тоже не нужно. Просто внесите необходимые коррективы в свой образ жизни и в стандартный список покупок. Это позволит навсегда изменить ваши привычки питания (и мышления). Вы должны поставить перед собой простую, но очень важную для качества вашей жизни цель: питаться так, чтобы организм оставался крепким и здоровым и чтобы мозг получал все, что ему необходимо для нормальной работы.

Физкультура для мозга

Правильное питание исключительно важно для мозга, но этого недостаточно. Если хотите, чтобы ваш мыслительный механизм максимально реализовал свой потенциал, вам нужно двигаться. Все мы знаем, что физкультура оказывает чрезвычайно позитивное воздействие на уровень стресса, тревоги, депрессии и предотвращает такие проблемы старения, как слабоумие. Физические упражнения стимулируют работу мозга, и это касается людей любого возраста. Занятия физкультурой способствуют также *росту новых клеток* в мозге. Это же изумительная новость, если вдуматься: *благодаря упражнениям мозг растет*. По словам Джона Рейти, профессора психиатрии Гарвардской медицинской школы, физкультура полезна для мозга прежде всего тем, что, когда мы ходим, бегаем, плаваем, крутим педали, возрастает приток крови в этот орган. При выполнении физических упражнений улучшается кровоснабжение не только мышц, но и мозга, а с кровью поступают питательные вещества.

Таким образом, без физкультуры не обойтись никак. Опять же, не хочу загонять читателей в угол и вызывать у них чувство вины и дискомфорта, но существует истина, которую необходимо здесь высказать: если вы проводите большую часть времени сидя на диване, в автомобиле, за рабочим столом, то не ждите, что ваш мозг будет работать на оптимальном уровне. При

отсутствии физических нагрузок мозг вхолостую растрчивает свой интеллектуальный потенциал. Это все равно что всю жизнь прожить в полусне. Да, вы бодрствуете, но не в состоянии максимально реализовать то, на что в потенциале способны. Вывод ясен: *по возможности стойте, а не сидите и как можно больше двигайтесь*. Вот так все просто. Вам нужно вести активный образ жизни и потеть. Пассивное состояние недопустимо. Чтобы кости и мышцы оставались сильными, важно регулярно подвергать их физическим нагрузкам. Никто не хочет усложнить вам жизнь. Я не призрак учителя физкультуры, изводившего вас в шестом классе. Это просто фундаментальная истина, которая касается каждого из нас. Если вам это не нравится, значит, вы сделали неверный выбор, родившись человеком.

Мы должны двигаться, поскольку нашему организму отсутствие физической активности противопоказано. *Homo sapiens* эволюционировал на ходу. Мы не лишайники и не ленивцы. Практически каждый из наших предков за последние несколько миллионов лет проводил целые дни на ногах, а не сидя. Это означает, что человеческий мозг развивался в подвижном теле. В силу этого организм человека функционирует лучше, когда мы стоим или идем. Если вы большую часть дня сидите, то восстаете тем самым против своей природы. К сожалению, это борьба, в которой нет победителей.

Как и в случае с питанием, нет нужды бросаться в крайности и становиться одержимым физкультурой. Если вам нравится бегать марафон, на здоровье. Но не расстраивайтесь, если скалолазание или триатлон не манят вас. Благодаря науке у нас есть очень хорошая новость для всех, кто хотел бы иметь здоровые и оптимально функционирующие тело и мозг. Оказывается, приобрести то, что сегодня принято называть спортивной формой, не так уж и трудно. В сочетании с правильным питанием для этого достаточно двадцати минут умеренной физической активности ежедневно. Вот и все! Можете ходить, бегать, плавать, крутить педали или смешивать разные виды физических упражнений. Просто подберите, что подходит именно вам, и занимайтесь. Пытайтесь включить в программу пару силовых тренировок. И не забывайте хорошо питаться.

Многие люди, не до конца понимающие связь между физической активностью и здоровьем тела и мозга, находят оправдание в том, что у них нет времени заниматься физкультурой и спортом: «Я слишком занят, чтобы найти двадцать минут в день на улучшение своей жизни. Я учусь и работаю и так устаю, что у меня не остается энергии на физические упражнения, которые зарядили бы энергией мое тело и мозг». На самом деле время на упражнения можно найти всегда, если поискать. Например, средний американец проводит у телевизора примерно *сорок часов в неделю*. Это совпадает по количеству затрачиваемого времени с полноценной рабочей неделей. Если вы потратите на ходьбу, бег и упражнения с гантелями 140 минут в неделю, то есть немногим больше двух часов, это будет не очень большой жертвой, особенно с учетом того, насколько высока отдача от таких

«инвестиций». Здесь не может быть места для отговорок. И не надо запугивать себя, сравнивая свои физические упражнения с тренировками профессиональных спортсменов. Смысл лишь в том, чтобы просто двигаться, найдите только наиболее подходящий для вас способ. Не оправдывайтесь тем, что у вас, например, болят колени. Если угодно, можете прыгать на месте или выполнять отжимания прямо у себя в гостиной, не отрываясь от любимой телепередачи. От малоподвижного образа жизни в голове скапливается туман. Разгоните его движениями.

Возраст значения не имеет. Двигаться необходимо всем, иначе мозг не сможет делать свое дело должным образом. Как утверждают исследователи, существуют «серьезные основания полагать, что физическая активность способствует академической успеваемости школьников». Ученые обнаружили, что польза от физкультуры для учеников средней школы также проявляется в «улучшении концентрации, внимания и поведения во время уроков». В общем, в здоровом теле здоровый мозг, и если вы хотите быть хорошим скептиком с острым умом, тогда не сидите – двигайтесь.

Как и правильное питание, физическая активность не должна восприниматься как обуза, как неизбежное зло. Попробуйте превратить занятия физкультурой в игру, в забаву. И тогда не успеете и глазом моргнуть, как это войдет у вас в привычку. Я, например, занимаюсь физкультурой много лет и уже не представляю себе жизни без этого. Если мне случается три-четыре дня воздерживаться от пробежки и упражнений с гантелями, я начинаю чувствовать себя ужасно. Однажды я наткнулся на интересные результаты неврологических исследований, которые могут послужить дополнительной мотивацией для колеблющихся. Например, в молодости мне часто случалось пропускать занятия, если не находилось времени или сил для очередной серьезной тренировки, после которой я чувствовал себя измочаленным, как будто поднялся на Эверест. Зато теперь я знаю, что вполне достаточно двадцатиминутной прогулки или пробежки, чтобы зарядить энергией мозг и тело. Лучше делать хоть что-нибудь, чем не делать ничего. Я даже иногда пишу и читаю стоя, потому что длительное сидение вредит здоровью. Невролог Джон Медина, автор книги «Правила мозга» («Brain Rules»), был настолько потрясен результатами исследований, установивших связь между движением тела и здоровьем мозга, что оборудовал свой кабинет беговой дорожкой и так закрепил свой ноутбук, чтобы можно было работать прямо на ходу. Ему потребовалось не более пятнадцати минут, чтобы приспособиться к новым условиям работы, и теперь он спокойно набирает текст и работает мышкой, одновременно перебирая ногами на беговой дорожке. Кому-то это может показаться чудачеством, но в этом есть смысл. Помните, что в процессе эволюции мы развивались как существа физически активные, а не целыми днями сидящие на стуле или на диване. Медина предрекает настоящую революцию в офисах и учебных классах, если общество прислушается к рекомендациям ученых. «Если вы хотели создать такую среду, которая прямо противоположна тому,

что нужно мозгу, – поясняет он, – то нынешняя методика работы в учебных классах – это то, что вам нужно. И если вы хотели создать рабочую среду, прямо противоположную той, в которой мозг работает оптимальным образом, то нынешняя система разделения офисного пространства на отсеки – это то, что вы искали». Я представляю себе будущее, где служащие больше не заперты в своих крошечных отсеках и ученики не сидят за партами в классах. Они много двигаются, в результате им лучше думается. Не могу дождаться, когда эти идеи воплотятся в жизнь.

Гретчен Рейнолдс, автор книги «Первые 20 минут» («The First 20 Minutes»), отмечает, что все специалисты по развитию человеческого мозга, которых она интервьюировала, имели одну общую черту: «Все ученые, с которыми я разговаривала, занимаются физкультурой. Кто-то бегает, кто-то гуляет, некоторые любят кататься на велосипеде. Теннис тоже популярен. Домоседов среди них нет. Они слишком хорошо знают, как это важно – двигаться». Нам известно, что открыла наука в отношении того, кто мы есть, откуда вышли в процессе эволюции и каким образом физическая активность способствует здоровью, благополучию и долголетию нашего мозга и тела, поэтому трудно продолжать сидеть. Кстати, последние несколько абзацев я написал стоя.

Здоровый сон

Тихим поздним вечером я иногда представляю, что слышу слабое эхо голоса моей матери, которая кричит, чтобы я оставил наконец свои комиксы и лег спать. Я и мой мозг благодарны тебе, мама, за родительскую заботу. Каждый знает, что спать иногда необходимо. Но осознаете ли вы, насколько это важно для мозга? Когда вы засиживаетесь допоздна с друзьями или у телевизора, мозг от этого сильно страдает. Шарахните себе по голове крокетным молотком – и узнаете, что испытывает мозг, если недоспит. Недостаток сна может повлечь за собой ухудшение концентрации внимания и снижение способности к обучению, решению проблем. Кроме того, и это особенно важно для тех, кто хочет стать хорошим скептиком, усталому мозгу гораздо труднее рассуждать, правильно оценивать утверждения и разоблачать заблуждения.

Хорошо отдохнувший мозг – мозг бодрый и внимательный. Невыспавшийся мозг – мозг туповатый, а в некоторых случаях даже и опасно тупой. По оценкам Национального управления безопасности дорожного движения, число ДТП, совершаемых засыпающими за рулем водителями, достигает 100 тысяч в год. В них погибают более 1500 человек, 71 тысяча человек получают травмы, а суммарный финансовый ущерб превышает 12 миллиардов долларов. Никакой ответственный человек не придет на работу или в учебное заведение пьяным, не сядет в таком состоянии за руль. Но почему никто не видит ничего особенного в том, чтобы прийти на работу или на учебу либо выехать на дорогу не выспавшись? В связи с этим возникает

еще одна проблема: ученые не могут сказать нам точно, сколько часов сна достаточно. Здесь нужно учитывать слишком много факторов, поэтому для каждого человека цифра будет индивидуальная. В большинстве случаев диапазон составляет от семи до девяти часов, но кто-то прекрасно обходится шестью часами, а кому-то нужно не меньше десяти часов сна. Какой бы ни была искомая цифра в вашем случае, вы должны ее определить и соответствующим образом отрегулировать свой режим дня. Чтобы выяснить, какова ваша потребность во сне, лучше всего на протяжении нескольких недель вести дневник. Не надо ничего усложнять, просто отмечайте, сколько часов вы спали ночью и как потом чувствовали себя днем. С течением времени вы сможете определить, сколько часов сна вам нужно, чтобы быть максимально бодрым и продуктивным.

По возможности старайтесь вздремнуть в послеобеденное время. Мозгу это пойдет на пользу. Крепко и вдоволь спать – это то же самое, что правильно питаться и заниматься физкультурой: нужно помнить о важности этих факторов и относиться к ним со всей серьезностью, иначе на оптимальную работу мозга рассчитывать нечего. Если этих доводов недостаточно, чтобы мотивировать вас, то, может быть, страх перед болью и смертью вас на что-то подвигнет? Постоянное недосыпание в течение длительного времени повышает риск заболеть и умереть. В частности, недосыпание ассоциируется с повышенным риском развития сердечно-сосудистых заболеваний, рака, диабета, инсульта и ожирения.

Что мозг делает, когда вы спите, во многом остается тайной. Определенно он в это время не просто отдыхает. По словам невролога Медины, даже во сне мозг кипит от деятельности, по всей вероятности, заново проигрывая все то, чему мы научились и что пережили за день. Считается, что вся эта активность необходима, чтобы рассортировать информацию по ячейкам памяти для будущего использования. Чем бы ни занимался мозг во сне, это имеет важное значение с позиции качества грядущего дня. Имейте в виду, что губительное воздействие недосыпания на умственные процессы доказано совершенно четко, никаких сомнений тут быть не может. Мама права. Пора в постель!

Мозг и тело должны быть в тонусе

Как бы я ни старался поддерживать некий идеальный в духе дзен-буддизма баланс между разными аспектами жизни, этого идеала достичь никогда не удастся. К примеру, последние пару месяцев в условиях, когда мне надо интенсивно работать над книгой, потому что сроки отчаянно поджимают, объем и качество моих занятий физкультурой и спортом неизбежно страдают. Тем не менее я все-таки выкраиваю полчаса почти каждый день на физические упражнения, иначе мозг не выдерживает и ухудшается самочувствие, но по мере приближения предельного срока мои мысли все больше заняты книгой, соответственно на это направлена моя

энергия и этому уделяется большая часть времени. Километраж и интенсивность моих пробежек сокращаются, жестокие пытки на силовых тренажерах сменяются детскими играми с незначительным весом. Но когда я заканчиваю книгу, то обязательно возобновляю эту вечную гонку за пиковой силой и выносливостью. Невозможно с одинаковой интенсивностью делать и то и другое. Даже и пытаться нет смысла. Я просто принимаю такой неравномерный ритм жизни как неизбежную данность. Не переживаю о том, что теряю спортивную форму, а терпеливо дожидаюсь возможности вновь заняться собой, когда дело будет завершено. Такая цикличность моей жизни служит мне постоянным напоминанием о том, что я должен продолжать читать, думать, учиться ежедневно круглый год. Мой мозг – единственная «мышца», ослабления которой я никогда не допускаю даже на короткое время. Потому что для мозга нет сезона и межсезонья. Я всегда стараюсь продолжать что-нибудь исследовать, учиться и размышлять. В результате мой мозг практически непрерывно функционирует на пике активности или близко к этому. Передо мной никогда не стоит вопрос о необходимости вернуть мозг в хорошую форму, потому что я стараюсь поддерживать его в тонусе каждый день, ведь он так важен для моего здоровья и полноценной жизни.

Забудьте недобросовестные обещания всяких жуликов обеспечить вам остроту ума и здоровье мозга при помощи пилюль или настоев. Ученые выяснили, что наиболее эффективная форма стимуляции мозга – процесс *учебы* и *открытия* чего-то нового. Человеческий мозг – это своего рода органический механизм, двигатель, который должен работать постоянно.

Для того чтобы мозг ребенка развивался, он должен постоянно исследовать мир и узнавать что-то новое. Но вот о том, что и взрослым необходимо то же самое, мало кто задумывается. Мозгу взрослого человека надо выполнять те же задачи, в противном случае он начнет хиреть и сохнуть. Как правило, если ты хочешь быть силен в чем-то, овладеть чем-то в совершенстве, нужно постоянно тренироваться и практиковаться. Если вы намерены стать хорошим бегуном, то должны больше бегать, правильно? А если вы стремитесь к тому, чтобы эффективно мыслить, значит, надо больше думать!

Точно так же как физические упражнения укрепляют мышцы и кости, тренировки мозга делают его более крепким и способным. И как кости и мышцы слабеют при отсутствии физических нагрузок, так же недостаток умственных нагрузок делает мозг более слабым и дряблым. Например, есть результаты исследований, указывающие на то, что, когда человек знает два языка и более, это помогает его мозгу эффективнее обрабатывать информацию в целом. Переключение между разными языками каким-то образом помогает поддерживать остроту ума и здоровье мозга. Это вроде бы даже помогает отсрочить наступление болезни Альцгеймера у пожилых людей. Другое исследование свидетельствует о том, что освоение сложных навыков, таких как жонглирование, укрепляет мозговые связи, а это ключ к

эффективному мышлению. Причем не имеет значения, удастся ли вам достичь настоящего мастерства в жонглировании или ином занятии. Просто старайтесь овладеть им, тренируйтесь – и это будет лучшей стимуляцией мозга. Соединительные волокна, или *белое вещество*, как называют его неврологи, критически важны для здоровья мозга. Чем лучше развита сеть нервных волокон, тем лучше мозг функционирует. Как же сделать так, чтобы белого вещества было больше? Можно сказать определенно, что ни в каких распрекрасных БАДах вы его не найдете, в телемагазинах оно тоже не продается. Есть только один старый добрый способ: продолжать учиться, изучать что-то новое. Когда мозг сталкивается с новыми интеллектуальными испытаниями, это стимулирует рост белого вещества, позитивный эффект от этого продолжает сказываться на протяжении очень долгого времени. Не беда, если изучение языка сушили и жонглирование вареными яйцами в обеденный перерыв не прельщают вас. К счастью, у вас есть целая Вселенная, а в ней невероятное количество вещей, которые вы можете открывать для себя и в результате узнавать что-то новое. Купите телескоп или микроскоп и приступайте к исследованиям. Учитесь лепить из глины. Займитесь рисованием, математикой, берите уроки игры на каком-нибудь музыкальном инструменте, чтобы не давать простаивать мозгу. Кстати, в этом есть дополнительный бонус: ваша жизнь обогащается впечатлениями.

Очень полезно регулярно читать, впрочем, едва ли это кого-то удивит. Чтение не только обогащает вашу жизнь знаниями, но и способствует развитию вашего мозга и сохранению его хорошей «спортивной формы» в долгосрочной перспективе. Ученые располагают твердыми доказательствами, что чтение (и письмо) помогает сохранить *структурную целостность* мозга.

Никогда не следует недооценивать влияние учителя на ученика. Ник Винн, мой любимый преподаватель в колледже, однажды отвел меня в сторонку и сказал: «Вам нужно больше читать». Я согласно кивнул и потом долго думал над его словами. Не могу сказать, что мои привычки в части чтения изменились в одночасье, но совет профессора крепко засел в моей голове и сыграл свою роль. Теперь, как мне кажется, я понимаю, что доктор Винн выбрал такую вежливую форму, чтобы донести до меня следующую мысль: «Парень, ты рискуешь стать необратимым идиотом. Меньше бегай за девушками и больше читай». Важно, что это повлияло на меня. Книги я любил с детства (мама постоянно водила меня в библиотеку), но преподаватель был прав. Мне нужно было поднимать планку. В последующие несколько лет я стал ненасытным читателем. Сегодня я из дома не выхожу без книги. Несколько книг держу в машине – просто на тот случай, если они мне понадобятся. Иногда приходится долго сидеть в приемной или в зале ожидания либо стоять в очереди, но я всегда подготовлен к таким ситуациям. Любовь к чтению позволяет мне не попасть в число тех бедолаг, которые тоскуют в коридоре департамента автомобильного транспорта, нетерпеливо поглядывая на свой номерок и

тщетно надеясь, что их вот-вот пригласят. Длительные перелеты могут быть мучительно скучным времяпрепровождением для некоторых, для меня же любой авиалайнер – прекрасный читальный зал. Время ожидания я никогда не считаю потерянным зря, потому что оно занято чтением. Мотивом для чтения по идее служит желание узнать что-то новое, но польза от многолетнего чтения оказалась более многогранной. Чтение для мозга – это как плавание или бег трусцой для тела. Сканируя мозг читающих испытуемых, ученые обнаружили, что процесс чтения представляет собой интенсивную тренировку мозга. Таким образом, польза от чтения не ограничивается приобретением новых знаний. Поэтому старайтесь читать как можно больше.

Между тем в книжного червя превращаться все же не стоит. В мире слишком много такого, что не хотелось бы упустить. Поэтому регулярно выезжайте на природу и изучайте мир. Отправляйтесь в горы, в пустыню, в лес, на берег озера, на море... Мы считаем себя людьми цивилизованными, рафинированными. Но все мы дети природы. Растения, животные, деревья, небо, сама земля не могут оставить нас равнодушными. И мозг в таких условиях чувствует себя особенно хорошо. Лучшее, что вы можете регулярно делать для своего мозга, – это соединить в одном флаконе физические упражнения, размышления и вылазки на природу. Энергичная прогулка (пробежка) по неизведанной туристической тропе или по незнакомому берегу, в процессе которой вы замечаете и фотографируете необычные растения или насекомых, чтобы по возвращении домой внимательно изучить фотографии, – это чудодейственное тонизирующее средство для мозга.

Поездки за границу тоже хорошо стимулируют мозг. Пусть расходы и вопросы безопасности не отпугнут вас. Я поездил по всему миру, побывал на всех континентах, кроме Антарктиды, причем большей частью в одиночку и без особых затрат. Если поискать и не настаивать на обязательном массаже и омарах, очень даже можно посетить разные страны, оставаясь в рамках своего бюджета. Мало что так стимулирует мозг и заряжает жизненной энергией, как запахи, вкусы, звуки и процесс созерцания достопримечательностей далеких стран.

Как за границей, так и на родине не забывайте о музеях, этих хранилищах искусства, истории, культуры и науки. Не постесняюсь признаться, что музеи заменяют мне храмы, лучшие из экспонатов повергают меня в состояние трепета и благоговения. Сердце бешено колотится в радостном предвкушении, когда я поднимаюсь по ступенькам и направляюсь ко входу в крупный музей. И действительно, музеи учат меня, стимулируют творческое мышление, а все это полезно для мозга.

Музеи – моя давняя любовь. В детстве мой дед водил меня по музеям, и я до сих пор помню тот день, как впервые увидел сморщенную голову в стеклянном ящике. Мне нравилось рассматривать окаменелые останки динозавров и дотрагиваться до самолетов времен Второй мировой войны. Не знаю, хотел ли мой дед, таская меня по музеям, сделать своего внука

интеллектуалом или просто пытался таким образом развлечься сам, когда ему навязывали мое общество. Но это теперь не имеет значения, поскольку я все же перенял у него любовь к музеям. Когда вы находитесь в окружении такого количества стимулирующих мышление объектов, собранных в одном месте, это очень полезно для вашего мыслительного механизма. Когда я приезжаю в какой-нибудь город, то обязательно посещаю ближайший музей. Попробуйте – и сами убедитесь, как это здорово.

Если вы все еще сомневаетесь, что учеба может быть постоянным источником радости и пользы, обратите внимание на маленьких детей. Вот с кого надо брать пример. Они знают, как пользоваться мозгом, и без колебаний делают это. Дети хотят учиться, более того, им *приходится* учиться. Они постоянно задают вопросы, исследуют, экспериментируют, все трогают, фантазируют. Когда-то я преподавал естественные науки и историю в школе и никогда не забуду, с каким любопытством и воодушевлением ученики тянулись к знаниям. Перед уроками и после них толпой окружали меня и задавали вопросы, зачастую бессвязные. Им так не терпелось узнать что-то новое, что они не успевали формулировать свои мысли. Эти дети послужили для меня очень сильным и долговечным источником вдохновения. Сколько бы я ни прожил, никогда не буду настолько глуп, чтобы вообразить, что успел увидеть и услышать в жизни все, что только можно. Если у меня вдруг пропадет желание узнать, какое существо может прятаться вот под этим валуном или что ждет меня вон за тем углом, это будет означать, что я умер. Пока я жив, мой мозг будет стремиться к новым знаниям.

Станьте вечными студентами и никогда не прекращайте поиски и исследования. Не переставайте думать и мечтать. Чем больше вы размышляете, тем лучше у вас это получается. Чем больше узнаете, тем больше у вас возникает вопросов. Так создается чудесная восходящая спираль развития, которая будет служить вам верой и правдой до конца ваших дней.

Резюме

- Мозг делает для нас очень много, но мы в большинстве своем пренебрегаем им и не заботимся о нем должным образом.
- Правильное питание – одна из основных составляющих хорошего ухода за мозгом. Следуйте простым правилам здорового питания: ешьте больше зелени и ограничивайте общую калорийность дневного рациона разумными рамками. Плохо питающийся мозг не может полноценно функционировать.
- Чтобы мозг хорошо работал и оставался здоровым, нужно поддерживать хорошую физическую форму. Уделяйте упражнениям хотя бы двадцать минут в день шесть дней в неделю.
- Мозгу нужно высыпаться. Чем конкретно занимается мозг во сне,

остаётся тайной, но в любом случае это важно. Невыспавшийся мозг работает вполсилы.

- Постоянная умственная стимуляция – ключ к нормальному функционированию и здоровью мозга. Когда вы осваиваете новые навыки, это приводит к образованию в мозге новых связей, что полезно для здоровья в целом.

Глава 5

Ничего не теряя, вы многое приобретаете

Есть несколько фундаментальных вопросов, отсутствие ответов на которые не позволяет многим людям стать хорошими скептиками, страстно стремящимися учиться и думать. Это следующие вопросы: что я потеряю; стоит ли оно того; будет ли хорошо, если я откажусь от своих убеждений? Такая озабоченность понятна. Я не отмахиваюсь от подобных вопросов и не считаю их маловажными. Зачастую люди не уверены, хотят ли они пролить свет на то, что им не совсем понятно, так как боятся, что в результате им придется пожертвовать чем-то таким, чем они поступиться не готовы.

Некоторым свойственно цепляться за свои заблуждения и предрассудки из тех соображений, что они приносят утешение и комфорт. Другие видят в своих верованиях бесценный и незаменимый источник радости и энергии, помогающий скрасить серую будничность жизни. Есть люди, которые говорят, что их убеждения придают смысл жизни. Часто бывает и так, что один и тот же человек приводит все эти аргументы одновременно. Он является сторонником каких-то сомнительных идей, потому что они служат для него источником утешения, радости и смысла – три в одном. Те, кто так говорит, не просто хотят верить. По их собственному признанию, они *нуждаются* в своих убеждениях и предрассудках. Но так ли это? Действительно ли они настолько зависят от своих убеждений?

Могу ошибаться, но не думаю, что большинству людей так уж необходимо держаться за идеи, которые, скорее всего, являются ложными, чтобы иметь шанс достичь желаемого уровня комфорта, радости и смысла жизни. Можно, конечно, предположить, что типичный человек, верящий в экстрасенсов или астрологию, потеряет всякий вкус к жизни, если вдруг обнаружится, что то, во что он верил, полная чепуха. Но я сомневаюсь. Я знаю очень многих людей, которые благополучно отказались от своих заблуждений и чувствуют себя прекрасно. На мой взгляд, практически все люди, сознают они это или нет, достаточно умны и сильны, чтобы справиться с жизненными трудностями и неопределенностью без необходимости искать защиты и утешения в разного рода фантастических идеях. Я сам тому пример. Не могу сказать, что мне посчастливилось избежать многих из тех испытаний и разочарований, с которыми приходится иметь дело другим, но я научился терпеть, не скатываясь в болото иррациональных верований. Более того, подозреваю, что мне удавалось легче и эффективнее справляться со

всеми источниками стресса в жизни, чем это было бы в иных обстоятельствах, благодаря тому что моя голова не была забита всеми этими глупостями и предрассудками, которые только отвлекали бы внимание от главного. Это позволяло мне всецело сосредоточиться на насущных проблемах, а поддержку и утешение при необходимости искать у реальных людей, а не в мифах. И я не один такой. Миллионы людей во всем мире не верят ни в какие популярные ныне мифы и идеи, которые не доказаны и, вероятнее всего, неверны.

Но как им это удается? Как они справляются с тяготами жизни в одиночку? Они живут в реальном мире и стараются решать реальные, а не воображаемые проблемы. Эти люди отнюдь не являются неуязвимыми супергероями. И эмоций они не лишены. Они тоже страдают. Проигрывают. Терпят лишения. Плачут. И все-таки как-то живут и преуспевают, не делая вид, что знают то, чего не знают, и не пытаюсь объяснить то, что на сегодняшний день объяснений не имеет. Короче говоря, они ведут себя так, как положено вести себя зрелым и мужественным людям. Существование хороших скептиков, которые живут припеваючи, хоть и не верят в призраков, магию, чудеса и т. д., пусть и не опровергает представление о том, что людям надо во что-то такое верить, но во всяком случае сомнения порождает.

Да, беспокоит то, что примерно четверть взрослых американцев верят в астрологию, а 37 % – в дома с привидениями. Но давайте не оставим без внимания и обратную сторону этой статистики. Около 75 % взрослых жителей США как-то ухитряются жить, вставать по утрам, одеваться и решать насущные проблемы, *не веря* в астрологию, и 63 % американцев достаточно весело и интересно живет *без веры* в дома с призраками. В целом трое из четырех верят хоть во что-нибудь потенциальное, но остается четверть американцев, которые ни во что такое не верят.

Если вера так важна для хорошей жизни, то что же делать с людьми, которые не верят? Надо ли думать, что они сплошь несчастные и ни на что не годные бедолаги? Но совершенно очевидно, что это не так. Тогда, может быть, это представители высшей расы с особым устройством мозга, позволяющим им игнорировать иррациональные верования? Но и это не так. Не будет большой натяжкой предположить, что большинство из тех, кто в жизни обходится без веры во всякие паранормальные явления, – это обычные люди, практически ничем не отличающиеся от других. Да, они стараются мыслить критически и смотреть в лицо реалиям жизни, но во всем остальном они точно такие же, как и все прочие. Даже религия, без которой, как часто утверждают, невозможно вести речь о благочестии и смысле жизни, оказывается не такой уж необходимой для более чем миллиарда людей, которые называют себя неверующими или не принадлежащими к какой-либо религиозной конфессии. Из этого числа от 500 до 700 миллионов людей идут даже дальше и называют себя атеистами или агностиками. Не сомневаюсь, что недоказанные идеи могут приносить утешение, радость, вдохновение и понимание смысла жизни, но я думаю, что все то же самое можно найти и в

нашей действительности, доказательством чего служит жизнь очень большого числа людей.

Можно ли покушаться на «святое»?

Серьезной проблемой для хорошего скептика является распространенное мнение о том, что есть верования слишком особенные, чтобы подвергать их сомнению. Мне кажется очевидным, что нет на свете вещей, которые нельзя было бы проанализировать. Если мы не можем честно пересматривать какие-то *важные* верования, то откуда мы можем знать, оправданы ли они? Вопрос слишком серьезный, чтобы заняться им вплотную. Звучит абсурдно. Чем важнее вопрос, тем важнее разобраться в нем, не так ли? Но многие с этим не согласны, поскольку считают, что есть незыблемые святыни, на которые покушаться нельзя, потому что если они рухнут, то вместе с ними пострадает слишком много людей. Я, разумеется, на такое не ведусь и продолжаю настаивать на том, что для скептического мышления не должно быть закрытых тем.

Побуждения мои при этом самые добрые. Я хочу лишь быть конструктивным и помогать другим. Оглядываясь вокруг, я вижу мир, глубоко израненный и отягощенный иррациональными верованиями. И это побуждает меня к действию. Я не святой и не супергерой, но хочу хотя бы попытаться изменить мир к лучшему. Мне кажется очевидным, что каждый из нас мог бы внести свой вклад в общее дело. Ежедневно я читаю сообщения о разного рода ужасах, связанных с теми или иными заблуждениями и предрассудками. Скептицизм в этой ситуации является средством профилактики и лечения. Приходится постоянно слышать о том, что мир переживает финансовые трудности и не может наскрести достаточно средств, чтобы привить и накормить каждого ребенка. Однако при этом человечество тратит сотни миллиардов долларов в год на всяких гадалок, шарлатанов и прочую чепуху. Кроме того, нам постоянно не хватает времени, мы вечно уставшие, но каким-то образом исхитряемся находить время и энергию, чтобы переживать о вещах, которых, скорее всего, нет в природе. Зачем мы уродуем сами себя подобным образом? Ведь на дворе XXI век. Скептическое мышление в наши дни должно было бы быть более популярным. Тот факт, что научный процесс познания превосходным образом позволяет отделить правду от неправды, едва ли принадлежит к категории закрытой или недоступной информации. На науку в той или иной степени полагается сегодня каждый человек, даже самые консервативные сектанты. Но почему же многие из нас обходят стороной научный образ мышления?

Не требуется много усилий, чтобы найти убедительные доводы в пользу того, почему критическое мышление в настоящее время является особенно важным. Достаточно посмотреть телевизор, чтобы найти массу примеров того, как излишняя доверчивость доводит людей до беды. Человеческие

несчастья, являющиеся следствием слабого развития скептицизма, служат неиссякаемым источником негативных телевизионных новостей. Включите телевизор и убедитесь сами. Примерам людей, пострадавших от неспособности или нежелания думать своей головой, нет числа. Почему же многие из нас не спешат принять решение подвергнуть сомнению любые экстраординарные идеи? Они чего-то боятся? Чего-то ждут?

Быть хорошим скептиком совсем не страшно. Опасно позволять другим думать за вас и надеяться, что все обойдется. Быть хорошим скептиком и принимать реальный мир таким, каков он есть, нетрудно. Тяжело сводить концы с концами, когда половину зарплаты отдаешь шарлатанам, называющим себя религиозными целителями, а потом услышать от врача, что болезнь запущена и уже слишком поздно, что медицинская наука могла бы спасти вам жизнь, но теперь вы умрете, потому что последний год занимались не лечением, а приводили свою духовную энергию в гармонию со Вселенной и пили таблетки, содержащие экстракт акульего хряща в грибном соусе, прописанные вам каким-то жуликом, который мило улыбался и гарантировал полное исцеление.

С тех пор как люди научились придумывать ответы на загадки и принимать как должное идеи, не подкрепляемые доказательствами, много воды утекло и многое изменилось. Более четырех столетий назад мы изобрели микроскопы и телескопы, за прошедшее время много чего интересного увидели, много узнали, многому научились. Теперь мы умеем с помощью науки открывать правду и разоблачать ложь. История ясно дает понять, что неправильное мышление слишком часто приводит к плохим результатам. Однако и по сей день многие умные и добропорядочные люди остаются рабами иррациональных заблуждений. Некоторые ненавидят и даже убивают других во имя своих богов. Есть и те, кто в каждой тени видит прячущихся инопланетян и призраков, то и дело раскрывает заговоры. С помощью науки мы добрались до самой Луны, при этом миллионы людей сегодня отрицают науку и настаивают на том, что звезды и планеты магическим образом способны предсказывать человеческие судьбы. Что происходит? Кто мы? Что с нами? Один ученый обобщил характер человечества как «доисторические эмоции, средневековые институты и богоподобные технологии». Это больше чем описание, это еще и предостережение. Ясно, что это не оптимальная смесь для человечества, устремленного в высокотехнологичное и непрерывно усложняющееся будущее. К 2050 году население Земли, вероятно, достигнет 9 миллиардов. Трудно даже представить, каким образом мы будем и далее избегать самоубийственных катастроф, масштаб которых с годами обещает только нарастать, если не признаем необходимость и не найдем в себе волю меньше верить и больше думать.

Я призываю людей быть хорошими скептиками. Нужно больше думать своей головой, это будет лучше для нас всех. Чем больше скептицизма, тем меньше иррациональной веры, а это, как мне кажется, позволит сделать наш

мир безопаснее. Разумеется, одним скептицизмом все проблемы не решить, но это определенно поможет. Не должно быть противостояния между скептиками и людьми, которые во что-то верят. Борьба с мифами и заблуждениями – наша общая забота, потому что нам всем приходится расплачиваться за это, кто бы мы ни были и где бы ни жили. Уверен, большинство верующих согласятся с тезисом, что в настоящее время мы наблюдаем переизбыток иррациональных верований. Может быть, в отношении своих собственных верований люди остаются слепы, но они хотя бы видят эту опасность в других. Это хорошее начало. Например, я уверен, что большинство как верующих, так и скептиков согласны с тем, что пытки и убийства христианами «детей-колдунов» в Африке и жестокое преследование «колдунов» индустрами в Индии – деяния не только преступные и аморальные, но еще и совершенно бессмысленные. И если это так, то пропаганда научного мировоззрения могла бы здесь здорово помочь. Миллионы женщин в современном мире открыто признаются личной собственностью их мужей. Их унижают, бьют, а иногда и убивают, и мужчины, которые это делают, уверены, что такие их действия если не являются единственно правильными, то, по меньшей мере, санкционированы той системой взглядов, которой любой скептик легко бросил бы вызов. Такие акты насилия служат еще одной важной причиной для пропаганды рационального мышления не только скептиками, но и верующими.

Конструктивный оптимизм

Скептики в большинстве своем с благонамеренными верующими не воюют. Я, к примеру, веду борьбу *против* вредных убеждений *за* людей, которые этих убеждений придерживаются. Это как с болезнями. Я считаю малярию злом, но не питаю никакой враждебности к больным малярией. Таким образом, скептицизм, который я пропагандирую, является конструктивным и оптимистичным. Всеми своими силами я стараюсь быть *конструктивным*, помогая улучшить мир, в котором все мы живем. Будучи *оптимистом*, я верю, что с течением времени мы научимся мыслить более рационально. Поэтому, когда люди говорят, что им неловко задавать вопросы и требовать доказательств, потому что они боятся разувериться в вещах, которые дороги им, я с уважением отношусь к их беспокойству, но без колебаний объясняю, какой вред уже принесли и продолжают нести миру недоказанные утверждения. Одновременно упоминаю о том, какие блага им может предложить скептический образ мышления. Это лучший в мире план снижения веса, и он действительно работает. Он позволяет избавиться от всякого ментального жира и балласта, так что человек превращается в максимально эффективный мыслящий механизм, способный работать долго и надежно. Я не отмахиваюсь от тех опасений, которые могут переживать верующие, потому что знаю, что во многих случаях эти опасения вполне искренние. Отказаться от своих убеждений, пусть даже ошибочных, далеко

не так легко и просто, как это может казаться стороннему наблюдателю. Да, становясь скептиками, вы от чего-то отказываетесь, что-то теряете. Однако потери эти не столь уж велики по сравнению с тем, что вы приобретаете.

Почему же многие люди не проявляют желаний или интереса к тому, чтобы стать хорошими скептиками? Может, они мало осведомлены о пользе и мудрости скептицизма? Это возможно, но есть другая причина. Эти люди боятся, что потеряют в жизни социальную опору, перейдя в лагерь скептиков. Если новый образ мышления приведет к разрушению тех заблуждений, которые прежде окутывали их, подобно теплому одеялу, им грозит не только холод реальной жизни, но также, возможно, и одиночество, потому что их родные, друзья, знакомые окажутся по другую сторону баррикад. Недоказанные и невероятные идеи приносят людям утешение, уверенность в своих силах и ощущение востребованности, поэтому они боятся, что отказ от этих убеждений приведет их к социальной изоляции. И такие опасения нельзя назвать беспочвенными. Убеждения и верования, сколь бы нелепыми они ни были, служат своего рода социальным клеем (или фундаментом, на котором строятся и поддерживаются отношения). Но ведь существует много других возможностей и способов выстраивать взаимоотношения между людьми, не опираясь при этом на иррациональные убеждения. Можно прекрасно обустроить свою жизнь, не подавляя скептический образ мышления, и при этом нет никакого риска стать безнадежным отшельником, обреченным жить на холодных и темных окраинах общества. Однако не надо отрицать, что временами действительно бывает очень трудно вписаться в компанию, где все остальные верят в то, во что вы не верите. Хорошие скептики должны понимать, что нет необходимости превращать каждое мгновение жизни в столкновение философских воззрений и вести споры по тем или иным вопросам. Подход «живи сам и дай жить другим» большую часть времени очень хорошо работает в отношениях и с родными, и с коллегами, и со знакомыми. Например, среди моих друзей есть немало таких, кто верит во всякую чушь. Хотя порой я переживаю за них, это не мешает мне считать их нормальными, дееспособными людьми. Дружба с ними обогащает мою жизнь. Время от времени нам случается спорить, но я не вижу необходимости каждый день поднимать вопрос об их убеждениях. Я могу им что-то подсказать, побудить их задуматься, но в конечном счете выбор за ними.

Многие из тех, кто не разделяет мои взгляды, с готовностью принимают меня таким, каков я есть. Это не означает, что между нами не случается ожесточенных споров. Если хочешь быть хорошим скептиком, легкой жизни не жди, тем более на этой погрязшей в фантазиях планете. Но кому легко? Разве не всем нам случается набивать шишки на тряской дороге жизни? Главное – продолжать движение вперед. Скептики в этом плане отнюдь не одиноки. Думаете, адепта Нью-Эйджа или почитателя магических кристаллов с распростертыми объятиями встретят в среде пятидесятников? Едва ли. А христианин будет ли чувствовать себя в безопасности на

молитвенном собрании талибов? Определенно нет. От конфликтных ситуаций не застрахован никто.

Боязнь потерять друзей или усложнить семейные отношения не является достаточной причиной, чтобы сторониться скептицизма. Ясно, что мнение окружающих имеет значение. Мы все существа общественные. Но капитулировать перед общественным мнением, жертвовать своими убеждениями только из страха или неуверенности – это не лучший выбор для человека, который хочет быть достоин такого звания. Разум – наша главная отличительная черта. Пользуйтесь им, станьте хорошим скептиком и одновременно ищите возможности благополучно решить вопросы отношений с окружающими. Если вам случится оказаться в особо сложных обстоятельствах, например на острове в окружении людей, уверенных в том, что драконы пришли на землю, чтобы спасти мир, и способных убить вас, если вы в этом усомнитесь, тогда подчинитесь здравому смыслу и держите свое мнение при себе. Если окажетесь в ситуации, где от верующих будет зависеть, останетесь вы в живых или нет, не стоит дразнить этих людей, анализируя и высмеивая их верования. Если кто-то заводит разговор о драконах, просто молчите и вежливо улыбайтесь. При этом вы можете втайне гордиться независимостью своих суждений, радоваться тому, что не пребываете в заблуждении, как они, и активно искать возможности покинуть остров и перебраться в иную среду обитания.

Искатели острых ощущений

Когда люди рассказывают мне о том, во что они верят, в глазах многих из них я вижу огонь, а в голосе слышу энтузиазм. Хотя я понимаю, что ангелы-хранители, Розуэлльский инцидент или точно установленная дата конца света действительно способны поднять шумиху, но все-таки считаю, что ни одна из этих идей не является незаменимым источником острых ощущений. Таких источников полно. Более того, если радость и восторг вызываются заблуждениями и ложными идеями, не похоже ли это на наркотический кайф? Да, ощущения могут быть приятными, но как долго они продлятся и какова будет цена? Если какой-нибудь жулик продаст мне фальшивый лотерейный билет с выигрышным номером, я буду радоваться до тех пор, пока не приду за получением выигрыша. И тогда никакая радость, которую я испытывал, не компенсирует разочарование и гнев. Так же и пьяный может чувствовать себя великолепно, но если он будет пить каждый день, то в конечном итоге загубит свою жизнь.

Не отрицаю, что некоторые верования приносят в жизнь элементы пикантности, но не согласен с тем, что эту остроту нельзя получить другими способами, без веры во вздорные идеи. Да, вера в странные и необычные вещи может быть забавной и воодушевляющей. Однако придерживаться убеждений, которые с большой вероятностью являются ложными, только потому, что они доставляют удовольствие, – это, с моей точки зрения,

самообман. Это все равно что отключить мозг ради того, чтобы поймать дешевый кайф. Или закрыть глаза и кругами бегать по лужайке перед домом, представляя, что ты катаешься на американских горках. Зачем эти шарады? Может, лучше открыть глаза и прокатиться на настоящих американских горках?

Задумываются ли верующие над тем, что видят вокруг себя в реальном мире? Зачем все эти тревоги насчет невидимых мистических сил, которые наука не может обнаружить, измерить или подтвердить, если на свете есть воистину удивительные, но при этом вполне реальные туманности и черные дыры? Зачем гоняться за мифическими чудовищами, если вокруг полно еще более странных тварей, с которыми за всю жизнь не перознакомишься? Действительность – отнюдь не горькая пилюля, которую приходится глотать лишь по необходимости. Это самый лучший парк развлечений, а ваш собственный мозг – вечный абонемент, открывающий вам беспрепятственный доступ туда. Мир полон самых настоящих и удивительных тайн и чудес. В зависимости от того, где вы находитесь и куда смотрите, он и утешает, и щекочет нервы.

Когда я в детстве жил во Флориде, как-то мне на пляже попала на глаза выброшенная на берег физалия, иначе называемая португальским корабликом. Это удивительное создание буквально сразило меня. Оно имело странный вид и совершенно ни на что не походило. Что-то одновременно прекрасное и чудовищное. Чем дольше я смотрел на эту тварь, тем больше она казалась мне вземным созданием. Наполненный газом прозрачный пузырь пурпурного цвета позволяет португальскому кораблику держаться на плаву и успешно преодолевать в океане многие мили благодаря особой форме туловища. Весьма опасные, кстати, пурпурные щупальца выглядели устрашающе. Я попытался представить, больно ли будет, если прикоснуться к физалии, и решил не пробовать. В те дни я уже увлекался научной фантастикой и вземная жизнь относилась к сфере моих интересов, поэтому физалия сильно меня зацепила. Разумеется, я понимал, что это земная форма жизни, но ее необычность подвигла меня задуматься над тем, насколько разнообразной может быть жизнь в других мирах. Я не согласен с теми, кто считает, что вземные формы жизни, если они вообще существуют, настолько экзотичны и не похожи на то, что мы видим на Земле, что мы и не узнаем их, если нам когда-либо случится наткнуться на них. Я сомневаюсь потому, что формы жизни, существующие на Земле, настолько многообразны, что, встретив что-то вземное, зоолог, микробиолог или морской биолог обязательно скажет: «Это похоже на...» Разумеется, физиология вземных живых созданий, их функции наверняка будут отличаться от всего, что мы знаем, но по внешнему виду на нашей планете наверняка найдется что-то похожее. Просто так уж разнообразна и причудлива жизнь здесь, на Земле. У нас прямо перед носом целая вселенная разнообразных форм жизни. Осталось только научиться их замечать.

Перенесемся на много лет вперед, и вот я уже читаю лекцию по

естествознанию перед очень умными школьниками одной из карибских стран. Мы обсуждаем морские формы жизни, и я показываю фотографии удивительных животных, недавно обнаруженных в глубинах океана. Я говорю детям, что многие из земных обитателей кажутся созданиями внеземными, инопланетянами, прилетевшими из далекого космоса, но в этом случае получается, что жизнь на далеких планетах должна выглядеть примерно так же, как на нашей. Может, жители иных миров настолько другие, что на Земле нет ничего, имеющего такую же форму и структуру. Может быть, они представляют собой разумные клубы органического тумана или имеют жидкую консистенцию и сообща образуют один большой разумный океан. Возможно, их «тела» представляют собой сети атомов, широко разбросанных в пространстве. Или их вовсе не существует и мы одни во Вселенной. Не исключено, что мы первая жизнь за всю историю Вселенной. Или последняя. Тот урок надолго запомнился не только мне, но и ученикам, хотя мы ни разу не сослались ни на какие иррациональные верования и не почувствовали потребности обратиться к псевдонаучным утверждениям.

Вернемся к истории с португальским корабликом. Я рассматривал его битый час. Когда ты ребенок, для тебя это десять часов. Я не поддался мальчишескому искушению проткнуть пузырь палкой и оттащил физалию обратно в море. Я не знал, была она живой или мертвой, но решил спасти ее на тот случай, если она была еще жива. Я считал, что такое странное и прикольное создание заслуживает того, чтобы жить. И с тех пор португальский кораблик остается одним из моих любимейших морских животных.

Впоследствии я больше узнал об этом создании. Оно оказалось еще более странным, чем я думал. Как выяснилось, португальский кораблик – это *не одно* животное. Каждая физалия – это *колония*, состоящая из множества отдельных особей. Сообща они образуют плавучую плотоядную крепость, которая плавает в море в поисках добычи. Добычей служит рыба, которую физалия парализует своими щупальцами и съедает. Попутно я узнал, что, атакуя добычу, физалия выпускает газ из пузыря и погружается, как подводная лодка, а ее щупальца могут растягиваться в длину больше чем на сотню футов. Мораль этой истории такова: научное мышление – это подарок. Процесс познания никогда не останавливается. Новая информация поступает постоянно, если двери вашего мозга открыты. Сегодня я не менее любознателен, чем в детстве. И не расстраиваюсь, когда узнаю, что был в чем-то неправ, наоборот, поздравляю свой мозг с тем, что ошибка исправлена.

Готовность приспособливаться и меняться к лучшему является важным качеством хорошего скептика. Будучи всегдашним поклонником науки, я по определению скромн и не могу себя представить другим. Я пытаюсь исследовать мир и каждый день узнавать что-то новое. И чем больше знаний получаю, тем больше убеждаюсь в колоссальной глубине своего невежества.

И это неплохо. Осознание этого делает жизнь интереснее. Процесс учебы бесконечен. В этом одна из причин, почему я никогда не воспринимаю всерьез экстраординарные утверждения, касающиеся событий или монстров, существование которых представляется нелогичным или лишено доказательств. Я знаю, что на свете полно чудес, которые действительно существуют или почти наверняка существуют, так зачем же тратить силы и время на то, чего почти наверняка не существует?

Чудеса большие и маленькие

Земные микробы (микроскопические формы жизни) остаются для нас большей частью неизведанными. Такое положение дел представляется странным, если учесть их изобилие и важность. Это можно уподобить существованию рядом с нами целой параллельной вселенной, о которой мы мало что знаем. Однако, несмотря на наши весьма ограниченные знания о микробах, нам все-таки известно, что они играют в жизни планеты очень важную роль. Не будь микробов, наша цивилизация погибла бы в течение месяца. Даже организм человека не в состоянии нормально функционировать без них. Микробы живут не только вокруг нас, на нас и внутри нас, они населяют и самые глубокие морские пучины, обитают в твердых скальных породах на многие мили в глубь земли и даже в облаках над нашими головами. Если вас тянет к тайнам и монстрам, микробы воплощают в себе и то и другое. Стоит мне взглянуть на обычное грязное пятно, как в голове сразу всплывают слова Эдварда Вильсона, ученого, который специализируется на муравьях, но питает пристрастие к еще меньшим формам жизни. Он признается, что если бы начал жизнь сначала, то посвятил бы свою карьеру изучению микробов:

В одном грамме обычной почвы, щепотке между указательным и большим пальцами, живут десять миллиардов бактерий. Они являются представителями тысяч разных видов, лишь считанные единицы из них известны науке. Проникнув в этот мир при помощи современных методов исследования, я продираюсь через колонии микроорганизмов, эдакие непроходимые леса, и отслеживаю хищников и их добычу с целью обнаружить новые формы жизни и пищевые цепочки. Чтобы осуществить все это, мне даже не надо выходить за пределы своей лаборатории.

Те, кто предпочитает паранормальные явления науке, даже не понимают, чего они себя лишают. Например, я недавно узнал, что в калифорнийской Долине смерти на глубине полумили в толще земли была обнаружена микроскопическая бактерия *Desulforudis audaxviator*. Полагают, что это тот же самый вид, который несколькими годами ранее был

обнаружен живым и здоровым на глубине более двух миль в толще земли в ЮАР. Эти чертовски живучие твари благополучно существовали на протяжении сотен миллионов лет в условиях очень высокой температуры (до 60 °С) и при полном отсутствии солнечных лучей, кислорода, иных форм жизни и вообще органической материи. Обратите внимание на последнее. Эти бактерии живут в полном *одиночестве*. Это единственная из известных на земле форм жизни, способная существовать в условиях полной изоляции. Как им удастся выжить? Чем они питаются? Оказывается, побочными продуктами радиоактивного распада окружающих пород. Но самое интересное вот что: ученые полагают, что некоторые особи *Desulforudis audaxviator* выходят на поверхность земли, используя естественные подземные ручьи, затем, подхваченные ветром, поднимаются на высоту, достигающую нескольких тысяч футов, совершают дальние путешествия и возвращаются на землю с дождем, а затем пробираются туда, где чувствуют себя лучше всего, в темные глубины земли. Кстати, при всем одиночестве в толще земли по воздуху они путешествуют совсем не одни. Оказывается, в воздухе над нашей головой существует еще одна огромная и важная экосистема, которой до недавнего времени никто толком не занимался. Например, ученые взяли пробы воздуха на высоте двадцать миль и обнаружили там более 2100 различных видов микробов. Пойманные микробы совершали в верхних слоях атмосферы путешествие из Азии в Северную Америку. Похоже, у них там проложены автострады. Некоторые исследователи полагают, что в полете эти микробы отнюдь не дремлют, а ведут активную жизнь – спариваются, к примеру. Не исключено, что высотные миграции микробов оказывают существенное влияние на погоду во всем мире.

Микробы рулят не только на земле и в небе, но также и в океанах. Когда в следующий раз будете прогуливаться по пляжу, обратите взгляд в сторону моря и задумайтесь о том, кто там живет. Но забудьте про рыбу, планктон, дельфинов, стандартный набор персонажей. Они в этом мире лишь статисты. Даже роль планктона при всей его важности переоценена. На самом деле бал там правят вирусы. Ими пронизано все в океане: от малайшей бактерии до гигантского кита.

Сейчас становится предельно ясным, что океан представляет собой одну гигантскую вирусную инфекцию. Морские вирусы – самая многочисленная форма жизни на всей Земле. (Вирусы – такие странные создания, что формально не считаются живыми существами. Но они к этому достаточно близки.) В литре морской воды содержится более ста миллиардов вирусов. Примерно столько людей жило на Земле за всю историю существования человечества. Килограмм грязи или ила с морского дна может содержать миллион и более *различных видов* вирусов. Большинство вирусов мельче бактерий, поэтому, разумеется, весят они совсем мало. Но они настолько плодовиты, что их суммарный вес может очень быстро накапливаться. Например, суммарный вес всех вирусов, живущих в океане, равен

суммарному весу 75 миллионов синих китов. А если всех морских вирусов вытянуть в цепочку, то они по своей протяженности в пространстве пересекут шестьдесят ближайших галактик!

Если оставить в стороне астрономические цифры и драматические аналогии, то что еще интересного и важного в этих крошечных паразитах, которые плавают повсюду, инфицируя рыбу, планктон и все остальное в океане? Они важны уже тем, что формируют своего рода каркас мирового океана. Сколько существует океан, столько существует жизнь на Земле. Вирусы невидимы невооруженным глазом, но это не мешает им формировать и фактически контролировать жизнь в океане и во всей земной биосфере. Типичное заблуждение людей заключается в том, что мы считаем себя выше остальной природы либо некоторым образом оторванными от нее. В реальности же мы гораздо больше зависим от червей, бактерий и вирусов, чем от своих автомобилей, компьютеров и кредитных карт. Ввиду огромной важности вирусов в мироздании не следует ли людям посвящать хоть немного времени изучению этих существ? Но нет, нам гораздо интереснее охотиться за привидениями, изучать астрологию и заниматься прочими глупостями. А в сутках только двадцать четыре часа.

Кстати, большинство вирусов не представляют прямой угрозы для нас. Но это не значит, что они не могут кому-то испортить жизнь. Вирусы способны воспроизводиться, лишь захватив чужую клетку и превратив ее в свою собственную вирусную фабрику, поэтому они только тем и занимаются, что выбирают цель и атакуют. Морские вирусы каждый день уничтожают примерно *половину* морских бактерий. В целом они ежедневно уничтожают 20 % океанической жизни. Это очень интересно, особенно если призадуматься, что было бы, если бы триллионы бактерий и других созданий не уничтожались вирусами изо дня в день. Пищевая цепочка человека была бы совсем другой, если бы не этот контроль популяции со стороны вирусов. Например, ученым давно уже известно, что морские микробы, особенно вирусы, играют большую роль в формировании состава земной атмосферы. Поэтому будьте благодарны вирусам за пищу, которую едите, и за воздух, которым дышите.

Если мир вирусов по-прежнему кажется вам далеким и не вызывает у вас никаких эмоций, задумайтесь вот над чем: *вы* сами – вирус, во всяком случае так утверждает генетический код. Отпечатки вирусов есть в генетическом коде любого человека. Это может не понравиться тем из нас, кто даже шимпанзе не желает считать своими родственниками и приглашать их на семейный пикник, но вирусы тоже заслуживают места за столом. Вирусам миллиарды лет, а это значит, что они тесно сосуществовали со всеми растениями и животными, какие только были на Земле, включая и нас, причем сосуществовали настолько тесно, что мы теперь являемся частью *их*. Наш долгий и интимный эволюционный танец с вирусами отрицать невозможно. Это было. Это есть. Но не надо волноваться, здесь нечего стыдиться. Мы можем гордиться, что имеем такую выдающуюся и

влиятельную родню.

Как вы уже, наверное, поняли, данная отрасль науки приводит меня в полный восторг, я могу продолжать говорить об этом до бесконечности. Моя двенадцатилетняя дочь о вирусах, бактериях и клещах знает больше, чем любой студент колледжа. И для меня непостижимо, как эта тема может быть неинтересной другим людям. Наука продолжает постепенно приподнимать занавес, за которым происходит это интереснейшее и такое важное шоу. Чем больше мы узнаем, тем более очевидным становится то, что мир, в котором мы живем, принадлежит вовсе не нам, а микробам. Это мир микроорганизмов, а мы лишь в нем обитаем. Например, человек состоит из примерно 10 триллионов *человеческих* клеток, но это далеко не полная картина. Помимо человеческих клеток на вас и внутри вас можно насчитать около 100 триллионов *чужих* живых клеток и микроскопических живых существ. На одном квадратном сантиметре вашей кожи живет около миллиарда бактерий. И не имеет значения, сколько раз в день вы принимаете душ и протираете руки антисептиком. Вы – не столько *вы*, сколько *чужая* жизнь. Вы даже на своей собственной коже в меньшинстве.

Очень может быть, что в этот самый момент по вашей коже разгуливают целые стада клещей *Demodex* (железница угревая), которые пасутся на вашем лице, как когда-то паслись стада бизонов в североамериканских прериях. Тесно связанные с пауками, эти микроскопические существа внешне напоминают средневековую булаву, дубинку, усеянную на одном конце шипами. Сколь бы чисто вымытыми вы ни были в этот самый момент, железницы как ни в чем не бывало продолжают заниматься своим делом. Они размножаются прямо у вас на лице и откладывают яйца в поры вашей кожи. Особенно им нравится область бровей, считается, что они питаются кожными выделениями. У меня есть для вас две новости: хорошая и плохая. Хорошая новость состоит в том, что эти клещи не испражняются, потому что у них нет ануса. Однако есть и плохая новость: когда они умирают, их туловища разлагаются и накопленные ими за всю жизнь продукты распада остаются у вас на лице. Реальный мир, как видите, интереснее и неожиданнее любых фантазий.

А вот хитрый вопрос, которым вы можете подразнить своих друзей: сколько гостей с Земли побывало на Луне? Вот возможные ответы, которые вы получите: (1) *тридцать или около того, потому что астронавты захватили с собой для экспериментов нескольких лягушек, червей и жуков* [неправда, эксперименты с животными на Луне не производились]; (2) *нисколько, потому что высадка на Луну была фальшивкой* [возможно, вам придется обратиться с этим вопросом к кому-нибудь другому]; (3) *двенадцать, именно столько астронавтов побывало на поверхности Луны* [достойный ответ, но тоже неправильный]. А правильный ответ, конечно же, таков: *многие триллионы*. Да, астронавтов было двенадцать, но каждый из них привез с собой колоссальное количество разнообразных микробов, так что каждая высадка на самом деле представляла собой массовое вторжение.

Да, вы – двуногая экосистема, ходячий тропический лес или коралловый риф. Куда бы вы ни шли, вы несете на себе и в себе огромное разнообразие форм жизни – известных и неизвестных бактерий, вирусов и членистоногих. И я даже не хочу сейчас заводить разговор о целых лесных массивах грибков, которые покрывают собой большие поверхности внутри вашего тела. Ясно, что у вас нет оснований ощущать одиночество, потому что вы не одиноки. Я призываю вас задумываться об этих вещах, когда кто-то вздумает уверять вас, что все самое загадочное происходит в мире сверхъестественных идей. Нет-нет, в реальном мире все намного интереснее.

От малого к большому

Когда надоедает мелюзга, можно задуматься над тем, как нам посчастливилось родиться в столь до абсурда огромной Вселенной, содержащей такое множество воистину гигантских объектов. Наша Вселенная столь велика, что ее трудно (если вообще возможно) даже умом охватить. Например, даже если бы у вас был космический корабль, способный лететь со скоростью света, вам понадобилось бы *150 миллиардов лет*, чтобы добраться из одного конца известной нам Вселенной в другой. Собираясь в такое путешествие, захватите побольше еды.

Солнце огромное, верно? Ведь наша Земля в сравнении с ним песчинка. Но астрономам известны звезды гораздо большие, чем Солнце. Например, звезда NML Лебедя крупнее Солнца в 1650 раз! Нам наша планета кажется большой, но в сравнении с такими звездами она имеет воистину микроскопические размеры.

Нам всем посчастливилось жить в эпоху, когда наука продвинулась достаточно далеко, чтобы позволить нам насладиться космическим шоу во всей красе. Жизнь, лишённая магии, в такой компании совсем не скучна. Здесь явно есть чем заняться, чему удивляться и что открывать. Всего этого так много на самом деле, что и объять невозможно. К примеру, за то время, пока вы прочтаете эту страницу, родится несколько тысяч новых звезд. Кстати, Земля на линии экватора вращается со скоростью около тысячи миль в час. Кроме того, мы летим через космос вокруг Солнца со скоростью более 65 тысяч миль в час. Сделайте паузу и задумайтесь над этим. Прямо сейчас вы летите через космическое пространство быстрее пули, со скоростью, по сравнению с которой самые быстрые самолеты ползут как черепахи. Но вместе с тем, если бы мы нашли команду добровольцев и усадили их в самый быстрый космический корабль, какой только можем изготовить при наших нынешних технологиях, им потребовалось бы много тысяч лет, чтобы добраться хотя бы до ближайшей к нам звезды.

Хотя открытые пространства между небесными телами умопомрачительно огромны, Вселенная определенно не пуста. В одной только нашей галактике имеется от 200 до 400 миллиардов звезд. А ведь Млечный Путь – это всего лишь одна солнечная система из, возможно, 200

миллиардов , а то и более галактик, разбросанных по Вселенной. Некоторые из них могут содержать в себе до *триллиона* звезд. Избавлю вас от вычислений и посчитаю сам: *300 миллиардов звезд × 200 миллиардов галактик = больше звезд, планет и лун, чем мы с вами способны постичь разумом* .

Время – это тоже очень интересная тема для размышлений. Благодаря науке мы знаем, что возраст Вселенной составляет примерно 13,7 миллиарда лет, а возраст Земли – около 4,5 миллиарда лет. Жизнь на нашей планете существует более трех миллиардов лет. В сравнении с этим мы, современные люди, существуем лишь малую долю секунды. Иногда нам год кажется вечностью, но в общей истории Вселенной это миг. На своем прикроватном столике я держу красивую окаменелость трилобита, и не проходит дня, чтобы я не взглянул на нее и не задумался над тем, что в масштабе истории Вселенной жизнь человеческая кажется мимолетной, но благодаря силе разума у нас, по крайней мере, есть возможность подумать о мире, в котором мы живем, о времени, которое есть в нашем распоряжении, и даже найти в этом какую-то радость.

Могу понять людей, которые, размышляя над временем существования жизни на Земле или над размерами Вселенной, ощущают собственную малость, незначительность, но это неправильный настрой. Человеческая жизнь может казаться очень короткой на фоне бескрайних просторов пространства и времени, но это лишь один из возможных углов зрения. Другой угол зрения – с воодушевлением и благодарностью сознавать, что нам посчастливилось достичь достаточно высокого уровня разума, чтобы не только разобраться в этих вопросах (хотя бы отчасти), но и уметь по достоинству оценить тот факт, что мы являемся неотъемлемой частью этого древнего мира. Например, ученым удалось определить возраст и происхождение атомов, из которых мы состоим. Все атомы водорода, имеющиеся в вашем теле, существуют практически столько же времени, сколько существует Вселенная. Они были созданы вскоре после Большого взрыва, то есть около 13,7 миллиарда лет назад. Другие ваши атомы были выплавлены в недрах звезд, поэтому они несколько моложе, но их возраст тоже исчисляется миллиардами лет. Так что вы состоите из очень древних элементов. Вы – часть чего-то гораздо большего, чем вы сами. Нельзя думать о Вселенной и при этом скукоживаться от самоуничижения. Когда я смотрю в небо, то вырастаю и ощущаю себя в тысячу футов ростом. В конце концов, мы в буквальном смысле являемся элементом потрясающего и таинственного спектакля. Вселенная – это мы, а мы – это Вселенная, что подтверждает каждый атом нашего тела. Я впервые услышал или прочитал о нашей связи со звездами еще в детстве, но мне потребовалось время, чтобы по-настоящему проникнуться этим. Когда это произошло, все мое мировоззрение изменилось. Это была еще одна причина почувствовать себя свободным от ограничений и стен, которые другие люди возвели вокруг меня. Я стал гражданином не просто Земли, а всей Вселенной. Сегодня мне

кажется, что любое другое мировоззрение сделало бы мою жизнь менее интересной и полноценной.

Мы живем в интереснейшее время открытий и перемен. И вам посчастливилось занять место в первом ряду. Вы прямо сейчас являетесь свидетелем постепенного раскрытия великой тайны внешнего и внутреннего пространства, которое оставалось невидимым и неизвестным для 99,999 % наших предков. Рекомендую вам вникнуть в это с головой и постараться узнать как можно больше о реальной Вселенной, о реальной Земле и о реальном себе. Если окружающим так хочется, пусть они продолжают тратить свое время на общение с экстрасенсами, которые дурят им голову и рассказывают банальности, и без того всем известные. Пусть они покупают и носят «заряженные ионами» браслеты, помогающие им избегать перепадов настроения. Помогайте им, конечно, если сможете, но не позволяйте им сдерживать вас. У вас есть более важные вещи, на которые следует тратить время. У вас есть целые миры, ждущие исследования, ближние и дальние.

Наука интересна тем, что ведет нас к настоящим чудесам. Что бы ни происходило в науке сейчас, в будущем нас ждет еще больше интересного. Двадцать или тридцать лет назад предположение о существовании планет за пределами Солнечной системы казалось здравым и логичным, но никто не мог утверждать это наверняка. Однако в настоящее время благодаря развитию возможностей науки ученые обнаруживают новые планеты едва ли не каждый день. Сегодня мы можем с беспрецедентной уверенностью утверждать, что в нашей галактике сотни миллиардов планет и лун. Наверняка мы еще очень многого не знаем, но даже того, что нам уже известно благодаря науке, мне, например, достаточно, чтобы интересных тем для исследования и обсуждения хватило на тысячу жизней. А вам?

Интересуясь вопросами мироздания, не пренебрегайте и историей человечества. Как и в естественных науках, в истории невозможно знать все, но и допускать огромные пробелы в знании нашего прошлого мыслящему человеку непозволительно. Если вы принадлежите к числу людей, никогда не слышавших об австралопитеках или о Луисе Лики, постарайтесь поскорее исправить положение. Познакомьтесь хотя бы с азами археологии, касающимися зари нашей цивилизации. Советую также не слишком увлекаться историей *своего народа* или *своей страны*, как это свойственно многим. Разумеется, это тоже надо знать, но желательно все-таки знать свою историю в контексте мировой истории. По правде говоря, человечество так молодо и люди так тесно связаны между собой, что имеет смысл каждому из нас всю историю человечества считать *своей*. В ней нет ничего маловажного или не имеющего отношения к вам. Кем бы вы ни были и какими бы ярлыками вас ни обклеили после вашего рождения, нужно с сопереживанием относиться ко всем трагическим периодам мировой истории и гордиться всем, что в ней есть хорошего, потому что все мы – одна большая семья.

Даже если в школе вы получали хорошие отметки по общественным дисциплинам, этого недостаточно. Очень важно и интересно узнавать также,

как в те или иные времена жили самые простые люди. Их жизнеописания не так тщательно зафиксированы в исторических анналах, как биографии богатых и знаменитых, но здесь на выручку приходит археология. Обнаруживая произведения искусства, инструменты, игрушки, даже повседневный мусор, оставшийся от древних людей, археологи могут воссоздать картину их обыденной жизни. Многие считают историю собранием холодных фактов и дат. Это определенно не так. История интересна и увлекательна. Это жизнеописание группы диких, но очень умных приматов, которые не боялись думать и благодаря этому достигли фантастических успехов, перемежавшихся с душераздирающими неудачами. Знайте свою историю.

Смысл жизни

Я неохотно берусь за тему смысла жизни, потому что очень трудно обсуждать ее так, чтобы это было полезно каждому. В этой области сломано немало копий, написано много слов, потрачена куча времени, а толку никакого. Данная тема настолько личная, субъективная, что чужие мнения на этот счет обычно имеют не больше веса, чем газ в пузырьке португальского кораблика. Однако думаю, что хорошему скептику, желающему втянуть верующих в продуктивную дискуссию, не следует уклоняться от обозначенной темы, потому что очень многие верования так или иначе связаны с бесконечным поиском цели и смысла жизни. Обойти этот вопрос просто невозможно.

Конечно, я мог бы долго поучать других, к чему, на мой взгляд, им следует стремиться в жизни, но уверен, что просто не имею на это никакого права, поскольку и со своей-то жизнью до конца не разобрался. Может быть, позже, когда достигну совершенства и узнаю все тайны мироздания, я сочту себя вправе писать сценарии чужих жизней, но в данный момент не вижу в зеркале человека, который постиг смысл жизни. Считаю, что я нашел в жизни путь, который до сих пор меня вполне устраивал, поэтому с некоторой долей уверенности позволю себе сказать, что именно так нужно поступать каждому. Определить, что подходит именно вам, и отправляться в путь. Это лучшая банальность, какую я могу предложить. Куда бы ни завели вас ваши поиски, я точно знаю одно: проследите, чтобы ваш мозг всегда оставался при вас.

Пожалуйста, не думайте, что вы слишком слабы, чтобы идти своим путем, не обращая внимания на разного рода недоказанные верования. С самого рождения вы находились под влиянием традиций и культуры, вам постоянно внушали, что такие-то иррациональные идеи являются очень даже рациональными. С осторожностью относитесь к тем, кто указывает вам путь, ведь они тоже люди, а значит, могут ошибаться. Да, они наверняка преисполнены благих намерений, когда придумывают и пропагандируют все эти утверждения, но не забывайте, что каждый человек наделен

несовершенным и обманчивым мозгом. По одной этой причине нельзя без оглядки доверять никому и ни в чем. Оглянитесь вокруг – и вы увидите толпы людей, которые раньше ошибались в малом и в большом, и множество тех, кто наверняка теперь заблуждается, пока еще не зная об этом. Вас окружают сплошь непогрешимые гении? Едва ли.

Это ваша жизнь, следовательно, вам решать, как ее прожить оптимальным образом, но надеюсь, что вы примете во внимание огромный потенциал своего мыслительного механизма. Он способен творить чудеса, защищать и направлять вас. Но только если вы решите помочь ему, чтобы он помог вам. Имея ухоженный и освобожденный от шор и оков мозг, вы можете исследовать, искать, воображать, творить свой жизненный путь, не испытывая никакой потребности опираться на веру во всякие недоказанные утверждения. Хороший скептик может надеяться на невероятное и стремиться к невозможному. Но при этом он не притворяется, что знает то, чего не знает. Незнание побуждает его учиться, а не лгать.

Зачем вам нужно искать смысл жизни в вере, если очевидно, что идея, в которую вы верите, почти наверняка кем-то придумана? Почему бы вам не попытаться дойти до смысла своим умом? Идите своей дорогой к тому, что считаете достойной жизнью. Ищите уверенность и утешение в себе, а также в других людях, которые разделяют ваши надежды и опасения.

Полагаю, что этот краткий, но необходимый экскурс в вопросы смысла жизни следует завершить призывом к вам взять на себя всю полноту ответственности за свою жизнь. Смысл вашей жизни в том, что *вы сами* этим смыслом считаете. Не разменивайте отпущенные вам годы на заблуждения и лживые измышления, придуманные другими людьми, которые сами ошибаются или просто хотят пожить за ваш счет. Поверьте, ваш мозг сам вас не раз обманет и запутает, так что оградите себя хотя бы от заблуждений других людей.

Добро пожаловать на шоу

Надеюсь, что каждый человек, а молодежь в особенности, осознает, в какое замечательное время мы живем. Научно-технический прогресс не стоит на месте. Хотя минувшее столетие было преисполнено научных открытий и технических перемен, новый век его, по-видимому, превзойдет. Сегодня мы можем быть уверены лишь в том, что потенциальный масштаб и вероятность наступления глобальных перемен никогда не были более очевидными. На протяжении всей истории люди постоянно совершенствовались, старались узнавать больше и делать лучше. Но теперь мы мчимся вперед на всех парах. На протяжении последних десятилетий вопросы мироздания и нашей собственной биологии как никогда находятся в центре внимания ученых. Мы уже много узнали, но предстоит узнать еще больше. Развитие компьютеров и связанных с ними технологий приближает нас к такому научно-техническому прорыву, который может в одночасье

круто изменить всю нашу культуру. Обеспечат ли эти перемены светлое будущее человечества или ускорят его гибель, но в любом случае нас ждет что-то очень интересное. Мы и сегодня делаем все более удивительные вещи: посылаем роботов в дальний космос и составляем подробную карту головного мозга. К сожалению, мы также должны учитывать, насколько мощное и опасное оружие может стать доступным в грядущие десятилетия для все большего числа стран и даже индивидов. Чем это все обернется для нас? Может, мы на пороге славного золотого века открытий, стремительного скачка вперед, сравнимого с которым не было за всю историю. Возможно, через тысячи лет наши потомки будут оглядываться назад и называть нынешний век тем поворотным моментом, когда человечество наконец отряхнулось от многовекового сна и занялось настоящим делом. Я понимаю, что время, в которое мы живем, не кажется каким-то особенным из-за войн, жадности, бедности, насилия, коррупции, политических дрызг и прочих проблем. Но ведь это еще не вся наша жизнь. У рода человеческого есть перспективы стать просвещенным и позитивным, имеющим все основания гордиться собой. Мы действительно можем подняться на новый уровень развития. Есть все основания надеяться на это. Это действительно возможно. Но произойдет ли это завтра и произойдет ли вообще?

Негативный сценарий тоже весьма возможен. Поскольку мы более привержены национализму, нежели гуманизму, и ставим веру выше разума, то существует реальная угроза вернуться во времена средневековья. Как это ни прискорбно, есть люди, которые прилагают немалые усилия, чтобы затащить нас туда. И в то же время никто не может отрицать, что хотя бы *возможность* светлого будущего человечества существует. Учитывая научно-технические достижения последних лет и все то, что обещает нам дальнейшее развитие компьютеров, роботов, генетики и нанотехнологий, мы имеем все основания полагать, что переломный момент близок. Но что толку от всех этих достижений науки и техники, если наш мозг не будет поспевать за ними в своем развитии? Какой смысл строить новый мир наших грез, если населен он будет людьми со средневековым мышлением? Какой толк от колонизации Луны и Марса, если половина народу, которая туда переселится, будет гоняться за марсианскими призраками и ломать голову над тем, насколько земные гороскопы применимы к марсианским условиям? Стоит ли тратить время и силы на составление карты генома человека, если массы по-прежнему отдают предпочтение целителям-шарлатанам? Прогресс не может ограничиваться совершенствованием орудий труда. Совершенствоваться должно и мышление.

К счастью, общие тенденции человеческой истории указывают на то, что мы все-таки куда-нибудь доберемся. Возможно. Науку изучает и уважает большее число людей, чем когда-либо прежде, это можно выразить как в абсолютных цифрах, так и в процентах от общего числа народонаселения. Всемирная паутина может рассматриваться как серьезная проблема в том смысле, что она способствует распространению иррациональной чепухи, но

не следует забывать и о том, что она делает науку и разум более доступными для большего числа людей, чем когда-либо прежде. Даже в тех обществах, где доля верящих во всякие сверхъестественные силы и паранормальные явления особенно велика, к скептикам и сомневающимся относятся, как правило, терпимо. Еще не успели забыться времена, когда человек вроде меня, который выступал и писал о необходимости все ставить под сомнение и бросать вызов экстраординарным утверждениям, подвергался серьезной физической опасности, причем не со стороны каких-то экстремистов-одиночек, а со стороны власти, поддерживаемой местными законами и общественным мнением. Еще не так давно просто за распространение идей, изложенных в этой книге, мне могли бы в какой-нибудь стране вынести смертный приговор. Сегодня же мои книги могут быть свободно куплены любым человеком в большинстве стран мира. Так что в целом мы движемся в правильном направлении. Учимся мыслить все более реалистично и критично. Однако темп этого движения слишком медленный. Может случиться, что существующая ныне чехарда мировоззрений в глобальной культуре в будущем только усугубится. Если мы не ускорим движение в сторону скептического и научного образа мышления, то рискуем оказаться в глубоко расколотом мире, где по одну сторону баррикад будут научно мыслящие визионеры, а по другую – застрявшие в средневековые мракобесы. Борьба между наукой и суевериями может обостриться до предела. Надеюсь, вы не будете долго колебаться, чью сторону принять.

Если мы рассчитываем хоть когда-нибудь стать по-настоящему *мыслящим* видом, до того как Солнце потухнет, нам необходимо каким-то образом преодолеть кризис, вызванный слабым развитием скептицизма. Человечество в целом должно научиться больше думать и меньше верить. При нынешнем уровне иррационального мышления портрет современного человека выглядит так: глаза завязаны, рука засунута за пояс брюк за спиной, нога застряла в ведре. В таком состоянии не очень удобно вершить дела, влекущие нас в светлое будущее. Нам нужно больше хороших скептиков, моральный долг которых – распространять свои идеи и побуждать других людей к более реалистичному образу мышления.

Обращаясь к тем читателям, которые придерживаются скептического взгляда на мир, но не решаются высказывать свои идеи достаточно громко, хочу призвать этих людей не дать окружающему безумию запугать или обескуражить их. Вы можете ощущать себя очень одиноко, скажем, в компании, где вы единственный человек, не верящий в то, что Джон Кеннеди был застрелен инопланетянами и что это было предсказано гороскопом, который был составлен самолично Нострадамусом. Нам всем случается бывать в таких ситуациях. Иногда кажется, что весь мир безнадежно пропитан суевериями. Не удивляйтесь тому, что оппоненты превосходят вас числом, потому что так было и так есть. Но постепенно соотношение меняется – в пользу скептиков. Так что мы еще посмотрим, кто кого. Но и в ожидании этого ничто не мешает вам стать хорошим скептиком. Вы можете

преуспеть в обществе, иметь друзей, воспитывать детей, словом, жить полноценной жизнью. Вам нет никакой необходимости приносить в жертву свое интеллектуальное достоинство. Придерживайтесь принципов реализма. У вас есть для этого все необходимые инструменты и сила вашего мозга, который при надлежащем уходе и применении освободит и очистит вас от лжи и заблуждений.

* * *

Можно считать, что мне удалось достичь своей цели, если после прочтения этой книги в голове у вас останется несколько мыслей, которые будут напоминать о себе еще долгое время после того, как вы перевернете последнюю страницу. В идеале эта книга должна не только информировать, но и побуждать к действию, воодушевлять и неотступно преследовать вас.

Цените удивительный мозг, которым вы обладаете. Защищайте его и лелейте. Будьте хорошими скептиками, чтобы меньше часов своей драгоценной жизни тратить на всякие заблуждения и тупиковые идеи. Всегда старайтесь мыслить так, как мыслят ученые, чтобы с успехом отделять правду от вымысла. Сталкиваясь с экстраординарными утверждениями и необычными верованиями, бросайте им вызов. Сомневайтесь во всем. Интересуйтесь тайнами мироздания. Не пытайтесь делать вид, что вы знаете то, чего не знаете. Во всех случаях самая правильная реакция – подумать. Думайте, прежде чем прыгать. Думайте, прежде чем верить. Просто не переставайте думать .

Резюме

- Многие люди утверждают, что вера им нужна как источник воодушевления, радости, а также для постижения смысла жизни. Но полноценная жизнь многих скептиков во всем мире доказывает, что без веры вполне можно обойтись.

- Наука – это нескончаемый процесс исследования, открытия нового. Приток новой информации и новых идей не прекращается никогда. Постоянно возникают новые вопросы. Ваш мозг должен приветствовать их.

- Учите и уважайте историю человечества. Принимайте все, что в ней есть, как хорошее, так и плохое, как свою личную биографию. Люди в эволюционном смысле молоды и тесно связаны. Следовательно, *вся* история человечества – это *ваша* история.

- В удивительном мире микробов и гигантских галактик более чем достаточно тайн и потенциальных открытий, чтобы воодушевить любого из нас. Реальный мир настолько интересен сам по себе, что нет причин придумывать всякие небылицы.