

**РУТ МИНШУЛ**

**СПАДЫ**

**И**

**ПОДЪЕМЫ**

## ГЛАВА 1. СПАДЫ И ПОДЪЕМЫ

«Первый раз это произошло вскоре после того, как я и мой партнер организовали свое дело - говорил молодой директор. - Я работал напряженно, но мне это нравилось. Деньги текли рекой. Я играл в свою любимую игру. А потом я вдруг впал в депрессию. Я на всех злился, мой аппетит ухудшился, и я начал больше курить. После этого меня стал беспокоить желудок, и появились дикие головные боли. Мой доктор провел мне полное обследование - анализы крови, мочи - все. Он не смог ничего найти, что было бы не в порядке. «Это нервы», - сказал он мне. Недельку спустя я снова чувствовал себя прекрасно. Я опять сел в седло, и все шло отлично. Но я довольно часто впадаю в такое состояние. Мне приходится на несколько дней уходить на своей яхте в совершенном одиночестве. Обычно это снова приводит меня в порядок».

Сорокалетняя домохозяйка описывает свою борьбу с чрезмерной полнотой. «Когда у меня хорошее настроение, я решаю заняться делами и сбросить при помощи диеты мои лишние тридцать фунтов [1 фунт = 453,6г] (Далее везде в таких скобках [] - примечания переводчика). . И я так и делаю! Чувствую себя прекрасно. Я хорошо организована и полна творчества. Я пишу стихи. Я рисую. Мой ум живой и ясный. Лишний вес уходит легко. В действительности я едва ли вспоминаю о еде».

«А потом, совершенно безо всякой причины, - продолжала она, - на меня находит одно из моих мрачных настроений. Я долго сплю и не испытываю никакого интереса в отношении чего бы то ни было. Я чувствую себя виноватой, но я не испытываю никаких особенных чувств к моим детям. Я начинаю много есть и не могу остановиться. И не успеваю я осознать это, как снова набираю свой старый вес. Самое худшее во всем этом, что когда я нахожусь в таком настроении, меня это вообще не заботит!»

Даже великий государственный деятель страдает от спадов и подъемов.

Сын Уинстона Черчилля рассказывает, что у его отца часто были периоды, когда он испытывал прилив энергии и был действенным, напористым и неутомимым. В такие времена Мистер Черчилль, казалось, был способен достичь всего, чего пожелает, преодолеть любую безвыходную ситуацию, добиться успеха как писатель, политик, воин или премьер-министр. С другой стороны, как рассказывал его сын, он бывал в тягостно подавленном состоянии в течение больших периодов своей жизни и превратился в хронического алкоголика в попытках справиться со своими депрессиями.

Авраам Линкольн провел большую часть своей жизни, колеблясь между хорошим и плохим настроениями. Иногда он был энергичным, честолюбивым, общительным - мог легко рассмеяться и приспособиться к любой ситуации в обществе. В другие времена переполненный застенчивостью, неуверенностью в себе, отчаянием и истощением, он становился практически отшельником. Он страдал от головных болей, бессонницы и нервных расстройств.

Нет ничего ненормального в том, чтобы иногда предаваться унылому настроению. Когда кто-нибудь, кого мы любим, бросает нас ради другого, когда четыре учителя в один день заваливают нас домашней работой, когда засуха выжигает урожай нашей репы - понятно, что мы становимся угрюмыми.

Жизнь то и дело делает финт. И естественно мы не в экстазе, когда нас постоянно выбивают в аут [термины бейсбола: «финт» - обманное движение, ложный выпад; «выбить в аут» - перелет мяча или шайбы за черту игрового поля или площадки, пространство за такой чертой. Большой Толковый Словарь Русского Языка РАН].

Однако слишком многие из нас переживают спады и подъемы, которые происходят безо всякой видимой причины.

Что вызывает эти необъяснимые чередования настроений? Что может заставить обычно уверенную и целеустремленную деловую женщину плакаться мне: «Иногда у меня бывают периоды, когда я чувствую себя тупой. Я не могу принимать решения». Почему это человек в один день чувствует достаточный оптимизм для того, чтобы забраться на Эверест на ходулях «пуго» [с двумя подножками и пружиной для подскакивания; популярная детская игрушка], а затем, на следующий день, едва находит в себе способность справиться с тем, чтобы приготовить простейший сэндвич? Некоторые люди убеждают себя, что эта рассматриваемая нами езда на «Американских Горках» нормальная вещь - жизнь так устроена. Они смирились со своими периодическими погружениями. «В жизни всякое

бывает». «Слишком хорошо долго не бывает». Одна женщина объясняла: «Когда я на высоте, я чувствую, что двигаюсь к спаду. Когда мне плохо, я просто жду, потому что знаю, что дела должны пойти на лад».

Остальные тихо (или громко) беспокоятся о своем здравомыслии.

Крайняя форма перепадов настроения была обнаружена в среде душевнобольных пациентов, которые колеблются между неистовым, разговорчивым восторгом и глубокой, губительной депрессией, мы называем таких пациентов «маниакально депрессивный» или «шизофреник». Жестокая шоковая терапия, другие виды лечения часто превращают их в овощи, а огромные дозы транквилизаторов, понижающих активность умственной деятельности, создают ходячих зомби. Больше для них ничего не сделали.

Однако бесчисленное количество людей испытывают менее выраженные спады и подъемы, которые они не могут объяснить. Будучи на высоте, они веселы и уверены. Во время эмоциональных спадов их одолевают беспокойство, раздражительность или апатия. Заядлый пьяница, человек с избытком веса или курильщик, выкуривающий две пачки сигарет в день, периодически принимают решение исправиться. Он или она могут некоторое время преуспевать в этом, а потом, без видимой причины, снова поддаются своей привычке. «Какой в этом толк?», - слышим мы. - Я и так вполне мог бы получать удовольствие от жизни».

У некоторых Американские Горки могут больше проявляться на работе, чем в жизни. Сегодня служащий работает хорошо, а завтра он совершает необъяснимые ошибки, забывает жизненно важные подробности, теряет вещи.

Легко утверждать, что это «колебательное» проявление показывает недостаток силы воли. Но это объяснение недостаточно, и оно не дает никакого решения. У этих людей НА САМОМ ДЕЛЕ есть сила контролировать свои привычки, когда они принимают свои решения, способствующие выживанию. Однако последующее скольжение на дно американских горок отбирает у них много сил, необходимых для поддержки их решений. Их жизнь развивается толчкообразно: «Да, я могу... Нет, я не могу» с тремя шагами вперед и двумя назад (или, когда дела идут особенно тяжело, с двумя шагами вперед и тремя назад).

Те, кто склонен к несчастным случаям или подвержен частым заболеваниям (в особенности психосоматическим болезням [Психо, конечно, относится к разуму, а соматика - к телу; термин «психосоматический» подразумевает разум, делающий тело больным, или болезнь, которая создается физически внутри тела при нарушении деятельности разума. - Технический Словарь Терминов Дианетики и Саентологии]), также совершают Американские Горки. В действительности, когда доктора не могут обнаружить физическую причину головных болей, аллергии, состояния кожи, нарушения пищеварения, бессонницы и хронического утомления, они часто относят это к категории болезней по причине «стресса».

Скорее всего, большинство людей, которых вы знаете, страдают от какой-нибудь разновидности этих циклических скачков.

Находясь внизу, кто-то сердито ворчит и терпит это; кто-то тихо плачет; кто-то переживает это в мрачной, повисшей тишине. Им недостает движущей силы. Ища избавление, многие хлещут слишком много спиртного, пьют слишком много кофе или поедают слишком много плиток шоколада. Другие прибегают к наркотикам. И слишком многие становятся «наркоманами по рецепту» [Имеются в виду люди, которые подвержены частым стрессам и не могут жить без сильных успокоительных, транквилизаторов, и они часто обращаются к врачу за рецептами, так как без рецептов подобные медикаменты невозможно купить.]. Многие превращаются в ипохондриков или садятся на суровые диеты. Некоторые слишком много спят, другие страдают бессонницей. Кто-то платит аналитикам, чтобы вместе с ними попереживать о своей неустойчивой психике.

Но должны ли мы принимать эти спады и подъемы? Должны ли мы соглашаться с периодически плохим настроением?

Разве не имеем мы права на естественное спокойствие духа?

Конечно, имеем.

Однако мы будем попусту тратить наши усилия, пока не поймем точную природу этой проблемы.

Л. Рон Хаббард, знаменитый американский писатель и философ, обнаружил, что эмоциональные Американские Горки вызваны частично внешними силами. Мы должны посмотреть вокруг

индивидуума, чтобы определить, что вызывает эти нежелательные спады и подъемы.

## ГЛАВА 2. ПРИЧИНА АМЕРИКАНСКИХ ГОРОК

- Подавлять: 1) насильно положить конец чему-нибудь, ослаблять, уничтожать;  
2) уменьшать или препятствовать действиям.

Американский Словарь Наследия

Мы часто слышим, как слово «подавление» используется для описания методов, которые использует тоталитарное правительство, чтобы подавить возмущение, или способа, которым жестокий диктатор угнетает своих подданных. Однако подавление происходит также и на уровне человек-человеку.

**ИМЕННО ПОДАВЛЕНИЕ ЯВЛЯЕТСЯ ПРИЧИНОЙ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СПАДОВ И ПОДЪЕМОВ.**

Л. Рон Хаббард дал нам точное описание подавления личности.

*...вредное намерение или действие, которому человек не может дать отпор.*

*Л. Рон Хаббард*

*Курс Руководителя Организации*

Враждебность, сама по себе, не обязательно является подавлением. Подавление происходит только тогда, когда жертва не может дать отпор. Вместо этого она, сломленная, ездит по американским горкам.

Моя подруга Джоан решила взять академический отпуск и заработать деньги, необходимые ей, чтобы закончить колледж. Хотя работу было трудно найти, настойчивые попытки дали ей хорошо оплачиваемую должность продавца в магазине первоклассной женской одежды. Через несколько дней после того, как она приступила к работе, она возбужденно рассказывала мне: «Я получаю прекрасные комиссионные. Будет легко скопить необходимые мне деньги».

Однако, когда я встретила ее тремя неделями позже, она выглядела измученной и взбешенной. «Что происходит, Джоан?» - спросила я.

«Я не знаю, - глубоко вздохнула она. - Последнее время у меня нервы никуда не годятся. Я не могу спать. У меня ужасные головные боли. Иногда я начинаю плакать безо всякой причины. Если бы я знала, что со мной происходит».

Мы поговорили еще несколько минут, потом я спросила, как у нее дела на работе.

«О, сначала все казалось прекрасным. Но теперь я сыта по горло этим управляющим. Он из тех льстивых парней, кто улыбается, когда делает ехидные замечания. Он никогда не упускает шанс, чтобы дать мне почувствовать себя идиоткой, когда я делаю какую-нибудь ошибку. И я даже не отваживаюсь защищаться. Только вчера он уволил девушку, которая вышла из себя и сказала ему все, что она о нем думает. Если бы мне не нужны были деньги, я бы уволилась прямо сейчас».

Джоан столкнулась с подавлением. Она чувствовала, что не может дать отпор. Ее доктор сказал ей, что головные боли - результат стресса; он прописал ей аспирин.

Словарь определяет стресс, как «умственное или эмоциональное, разрушительное или беспокоящее воздействие».

В случае с Джоан стресс был результатом подавляющих действий ее управляющего.

Существует множество способов подавлять, но главное оружие в подавлении человека человеком это слова. Художник в энтузиазме восклицает: «Эти руки создадут совершенно новый вид искусства».

Критик спокойно замечает: «Хм. У тебя грязные ногти».

«Мы выиграем эту игру», - утверждает бейсболист.

«Ха! Ты говорил это неделю назад», - насмешливо улыбается его друг.

Отец, после просмотра хоккейного матча юношеской лиги, допекает своего измученного сына:

«Почему ты не удержал шайбу? Тебе нужно было ударить того парня. Ты не отдаешь шайбу, когда ты ее получаешь. Почему ты все время падаешь?»

Марджори полдня до изнеможения трудится над гурманским блюдом «Пекинская Утка» только для того, чтобы услышать комментарий гостя: «Это недурно. Но я все же считаю, что лучшее место, где

можно поехать курятину, это «У Морей», на Третьей Авеню».

Обычная беседа?

Не совсем.

Некоторые люди специализируются на подавлении.

### ГЛАВА 3. ПОДАВЛЯЮЩАЯ ЛИЧНОСТЬ

*Основная мука Человечества в том, что оно разделено на тех, кто создает, и тех, кто разрушает...*

*Л. Рон Хаббард*

*Технические Бюллетени Дианетики и Саентологии*

После изучения явления эмоциональных спадов и подъемов, Л. Рон Хаббард понял, что индивидуум совершает американские горки, когда он связан с Подавляющей Личностью.

Подавляющая Личность - это тот, кто обычно производит впечатление умственно здорового человека, но на самом деле страдает от стойкого умопомешательства: он убежден, что должен подавлять и угнетать других для того, чтобы выживать.

Умопомешательство, которое властвует над этой Подавляющей Личностью (также называемой Антисоциальной Личностью), заставляет ее опасаться других; она верит, что каждый является ее врагом.

Такая убежденность Подавляющей Личности, хотя она редко говорит о ней вслух, нечто более глубокое и более сильное, чем чувство преследования, обычно связанное с «паранойей». Чтобы защитить себя, она сделала вывод, что должна остановить всех остальных.

К сожалению, она настолько скрытна, что ее редко признают душевнобольной.

*Она делает так, что дела идут плохо, причиняет людям вред, угнетает. Рядом с ней исчезают все правильные действия, а неправильные появляются.*

*Л. Рон Хаббард*

*Курс Руководителя Организации*

Эрни ворочался в постели и бил подушку. Он пролежал спокойно несколько минут, а затем, раздраженный, сел и включил свет. Что со мной происходит, удивлялся он? Почему я не могу заснуть?

Он мысленно просмотрел свой день. Начал он на высоте, взволнованный своим планом новой программы распродаж. Начальник тоже пришел в восторг и разрешил ему действовать. Эрни провел радостное утро, подготавливая эту программу, пока не встретился со своим отцом за обедом.

После обеда он почувствовал себя необъяснимо подавленным. Его желудок крутило. Должно быть, это из-за лобстера, сделал он вывод.

Его ум блуждал по оставшейся части дня. Он сделал несколько ошибок. К счастью, две из его потенциально дорогостоящих ошибок попались на глаза его бдительному секретарю.

Эрни выключил свет в спальне. Спады и подъемы - это, похоже, история всей моей жизни, вздохнул он. Почему я не могу быть одним из тех парней, которые просто плывут себе, все время веселясь.

На самом деле перелом в течение этого дня произошел у Эрни во время обеда с его отцом. В надежде добиться одобрения и уважения отца, Эрни описал свою новую программу по распродажам. Его отец ответил: «Ну, это то, что ты и так должен делать. Это же твоя работа? Ну и что, я помню большую кампанию по распродажам, которую предприняла United Products».

Дальше его отец продолжил описывать несколько классических кампаний по распродажам, проведенных гигантскими международными корпорациями. Неосведомленный наблюдатель мог бы легко сделать вывод, что отец Эрни не только одобрил его идеи, но и хотел вдохновить его на еще большие достижения. На самом деле длительное перечисление его отцом легендарных кампаний по распродажам сделало предложение Эрни - и даже саму компанию Эрни - выглядящей незначительной в мире Международной Торговли. Действительное намерение, скрывающееся за этим воодушевляющим разговором, состояло в том, чтобы преуменьшить Эрни и его планы.

Эрни годами смирялся с подобным отеческим «воодушевлением».

Его отец был Подавляющей Личностью.

Именно намерение человека определяет - Подавляющий он или нет. Большинство людей действуют из лучших побуждений. Они искренне хотят помочь своим партнерам и видеть их в хорошем состоянии. Но Антисоциальная Личность, притворяясь, что помогает или руководит другими,

неизбежно ведет их к несчастью и поражению.

За исключением тех из нас, кто последние двадцать лет слоняется (в одиночестве) по атоллу в южной части Тихого Океана, мы все знакомы с несколькими Подавляющими Личностями.

Но как же нам определить их?

Много раз в своей жизни я переживала разочарование, когда встречала определенных индивидуумов. В такие моменты я предполагала, что что-то не так было со мной, и обычно, к моему запоздалому сожалению, я пренебрегала своей интуицией.

Еще несколько лет назад у меня не было данных, чтобы подкрепить эти ранние предупреждающие знаки. Теперь, рассматривая этих людей через призму времени, я понимаю, что все они были ПЛ (Подавляющие Личности).

Следующая глава описывает характеристики ПЛ. Если вам интуитивно, но необъяснимо, не нравятся определенные мужчины или женщины (или даже иногда отвратительный ребенок), возможно, эти отрывки подтвердят ваши врожденные знания.

Для тех отзывчивых душ среди вас, кто умудряется думать только хорошие вещи о каждом, следующая глава будет тяжелым ударом. Вы захотите признать негодной всю идею и оправдать каждую характеристику. И, наконец, если вы с чувством вины будете слишком часто обнаруживать себя в материалах, которые читаете, все что я могу сказать это: Держитесь, вы в большой компании. Облегчение в Главе 5.



## ГЛАВА 4. ХАРАКТЕРИСТИКИ

*...основная масса таких людей не проявляет никаких внешних признаков безумия. Они выглядят вполне разумными. Они могут быть весьма убедительными.*

*Л. Рон Хаббард*

*Введение в Саентологическую Этику*

Ввиду ее впечатляющих и деморализующих воздействий, вы можете предположить, что ПЛ легко узнать. Если уж она не носит вилы, то, по крайней мере, она щеголяет в рогах.

К сожалению, Антисоциальная Личность носит много масок. Она может быть звездой футбола или флегматичным подростком. Она может быть злобным обидчиком или приторно слащавым. Она может быть влиятельным воротилой судоходного бизнеса или жалким человечишкой, живущим на пособие. Она может быть тихим дедушкой, живущим по соседству и ухаживающим за своими петуньями или семилетним задирой, избивающим малыша на той стороне улицы.

Однако, несмотря на многочисленные различия, все ПЛ имеют определенные общие характерные особенности. Не обязательно, что вы находите все эти характеристики в каждом индивидууме, которого рассматриваете. Если кто-нибудь, кого вы знаете, проявляет большую часть этих характеристик, то этот человек, скорее всего, Подавляющая Личность.

Ни один ПЛ не будет абсолютным всеобъемлющим злом. Один из заместителей Адольфа Гитлера описывал его, как «величайшую и самую действенную движущую силу разрушения, которую до сего времени приходилось терпеть человечеству». В то же самое время его также называли «чудовищем без вредных привычек». Послушный сын страдающей старческим слабоумием матери, он также любил собак и детей. Он был вегетарианцем, не пил, не курил. Галантный с дамами, добрый и внимательный к секретарям и шоферам, он был тем самым человеком, кто принес смерть десяткам миллионов людей.

### 1. ОНА В ОСНОВНОМ ЗАНИМАЕТСЯ ТЕМ, ЧТО РАСПРОСТРАНЯЕТ ПЛОХИЕ НОВОСТИ. ДЕЛАЕТ КРИТИЧЕСКИЕ И ВРАЖДЕБНЫЕ ЗАМЕЧАНИЯ И ОБЕСЦЕНИВАЕТ

Все мы можем на короткое время опуститься до подлости, когда говорим и делаем достойные сожаления вещи. Однако поведение Антисоциальной Личности совершенно другое. Она неумоима в своих нападениях на тех, кто ее окружает.

Джилл описывала свое тяжелое замужество. «У меня был излишек веса в пятьдесят фунтов. Дважды я садилась на диету и сбрасывала его до моего нормального веса, а затем я снова раздувалась. Почему? Потому что мой сверхкритичный муж отзывался обо мне худой не лучше, чем обо мне толстой. Он винил меня и мою полноту во всех своих неприятностях. Все, что было не так в его жизни - его паршивая работа, конфликты с его семьей, даже когда его машина ломалась - что угодно, он во всем обвинял меня. Даже когда я сбросила весь лишний вес, ему все равно нравилось говорить мне, как ужасно я выгляжу.

Я пошла к консультанту по вопросам семьи и брака, но он ни за что не хотел идти со мной. Он сказал, что это не его проблема. Через некоторое время я поняла, что я была для него всего лишь ковриком для вытирания ног. Когда я, в конце концов, избавилась от него, я также сбросила пятьдесят пять фунтов - навсегда!»

Обесценивание может не сопровождаться словами. Моя бывшая соседка большую часть времени работала в офисе своего мужа, поэтому она наняла чудесную уборщицу по имени Джуди, которая раз в неделю усердно работала над тем, чтобы дома не было ни единого пятнышка. Особенное внимание Джуди уделяла пыли после того, как она узнала, что моя соседка была особенно привередлива к подобным вещам. Однажды, когда Джуди только собралась уйти - обессиленная, но удовлетворенная своей работой - ее работодатель пришла домой. «Сегодня я горжусь собой, - сказала Джуди. - Здесь все безукоризненно».

Без единого слова моя соседка взяла ее руку и провела ей по электрической лампе в светильнике. Она показала Джуди три немного пыльных пальца. «О, нет, - тяжело простонала Джуди. - Это должно быть единственное место, которое я пропустила!»

Несколько лет назад я знала женщину, с виду просто ангела, кто «не скажет ни про кого ни одного

недоброе слова». Вместе с этим она неизменно умудрялась делать так, что плохие новости и критика соскальзывали у нее с языка, как будто случайно. «Я вчера видела Питера... О, я слышала, у него были большие проблемы дома, потому что его жена думает, что он ей изменяет. Но на самом деле он очень хороший, бедняга. Во всяком случае, он сказал мне...»

Многие ПЛ получают особенное удовольствие, когда разрушают отношения, передавая злонамеренные сплетни и ложь каждой стороне в отсутствии другой. Такой Торговец Хаосом говорит Денни: «Я слышал, как Стив говорил, что ты глупый». Затем он сплетничает со Стивом: «Ты знаешь, что Денни подсмеивается над тобой у тебя за спиной?» Вскоре Денни и Стив начинают придирается друг к другу; они не могут полностью восстановить свою старую дружбу. Если бы они сели и хорошенько все обговорили, они бы обнаружили, что третья сторона - Подавитель - тайно разрушает их отношения.

Некоторые люди зарабатывают на жизнь сплетнями, злонамеренной клеветой, домыслами и инсинуациями.

Обозреватель Джим Бишоп писал о покойном Вальтере Винчелле: «Этот обозреватель имел удивительный инстинкт к убийству. Он предпочитал выставлять на осмеяние, чем восхвалять. Он любил сидеть и перечислять имена актеров, актрис, пресс-агентов, хористок и чиновников, кто обманул его, и кто был уничтожен по пунктам в его колонке... Его эгоизм привел Винчелла к убежденности, что он может создавать или убирать государственных деятелей... Со временем неистовство его пламени сожрало и его. Винчелл потерял свою семью, старых друзей, своих читателей...»

Я думаю, мы можем сделать собственные выводы об этом словоохотливом профессиональном сплетнике.

## 2. У СВЯЗАННЫХ С НЕЙ ЛЮДЕЙ ПРОЯВЛЯЮТСЯ АМЕРИКАНСКИЕ ГОРКИ

ПЛ окружены несчастными людьми, периодически страдающими от спадов и подъемов. Некоторое время (или, может быть, большую часть времени) связанные с ней люди подавлены, напуганы, больны или неудачливы.

Один знакомый по работе недавно рассказал мне о семье, которую он знает. Муж уже несколько лет страдает от язвы; одна из дочерей серьезно подседа на наркотики. Младшая дочь болезненно стеснительна; она никогда не отстаивает свои права и не защищает свою точку зрения. Она настолько безвольна, что не может даже поддерживать свою мысль в разговоре. Еще есть сын, который бросил школу в пятнадцать лет и убежал из дома.

«Расскажи мне о матери», - попросила я.

«О, она из тех тихих, мирных женщин. Она, похоже, единственный спокойный человек в этой компании. На самом деле она едва ли когда меняет выражение своего лица».

В таком случае мать - это тот человек, кого я в первую очередь буду подозревать как возможную ПЛ в этой беспокойной семье.

Когда Дэвид вышел на новую работу, он заметил, что все в офисе говорили шепотом и испуганно суетились. Однажды, разговаривая с коллегой, Дэвид понял, что сам говорит шепотом. Он громко спросил: «А почему мы все шепчемся?» Его сослуживцы вздрогнули, нервно засмеялись и затем начали разговаривать нормальным тоном.

В конце концов Дэвид обнаружил, что начальник отдела был ПЛ с гнусным характером, который выходил из себя по малейшему поводу. Служащие ходили на цыпочках в постоянном страхе вызвать еще один взрыв у этого Торговца Страхом.

Вокруг Подавляющей Личности существует некоторое напряженное состояние. Чувствуешь, что ты вынужден быть осторожным, передвигаться тихо. Когда ПЛ уходит, наступает чувство облегчения.

Салли поехала в отпуск со своим двенадцатилетним сыном. (Неотложные дела заставили ее мужа остаться дома.) «Случилась самая удивительная вещь, - рассказала она мне позднее. - Впервые за столько лет я услышала, как мой сын смеется в полный голос! Мы оба совсем ополоумели - смеялись над всякой ерундой. Мы были как пара детей, у которых только что начались летние школьные каникулы. Я с трудом в это верила! Мы никогда так себя не чувствовали, когда с нами был мой муж». До этого момента я не понимала, насколько в действительности улучшаются люди, тесно связанные с ПЛ. Их можно лечить, давать им советы или обучать. Однако улучшения, которые они получают,

временные. До тех пор, пока они остаются под влиянием Подавляющей Личности, у них происходит рецидив и они теряют пользу от своих улучшений.

Дети, которые постоянно забывают то, что они изучают (как решить задачу по математике или как произносится новое слово) совершают Американские Горки. При медицинском лечении человеку, связанному с ПЛ, может сначала даже стать хуже, а затем у него будет трудное выздоровление.

### 3. КОГДА ПЛ ПЕРЕДАЕТ СООБЩЕНИЯ, ОНА ИСКАЖАЕТ ИХ СМЫСЛ В ХУДШУЮ СТОРОНУ

Вместе с тем, что она привычно забывает передавать хорошие новости, Подавляющая Личность берет любые имеющиеся в наличии неблагоприятные новости, несколько приукрашает их и, смакуя, передает их дальше.

Агнесса рассказывает о своем брате, который недавно получил отличное повышение по службе. «О, теперь он зарабатывает хорошие деньги. Я говорю это для его же блага. Но он, конечно, теперь почти не видит свою семью. Если хочешь знать мое мнение, - она презрительно фыркнула, -это замужество долго не продлится...»

Если ваш сослуживец Подавляющая Личность, то он будет первым, кто проинформирует вас о том, что компания потеряла очень важного клиента, хотя и не упомянет, что совет директоров только что назначил всем служащим в качестве премии большие дивиденды по акциям.

Этот же парень будет критиковать пунктуацию в вашем докладе, не говоря вам о высокой оценке, которую он получил.

Майкл описывал одного знакомого, который имеет маленькую, но процветающую промышленную компанию: «Когда бы я его не встретил, я всегда спрашиваю, как идет бизнес. Никогда за все те годы, что я его знаю, он не признал, что у него все хорошо. Постоянно: «Бизнес ненадежное дело. Мы теряем деньги». И даже когда я знаю, что он легко и быстро делает деньги, он говорит: «Это ужасно. Теперь мы не можем получить даже самой скромной помощи», или «У нас постоянно проблемы с тем, чтобы достать материалы». Я думаю, если бы кто-нибудь дал ему миллион долларов, не облагаемых налогом, он все равно бы нашел, о чем посетовать».

Редакторы газет часто специализируются на том, что передают только плохие новости в сенсационных заголовках. Смотри по телевизору последний день Олимпийских Игр в Монреале, я была рада узнать, что несколько американцев завоевали золотые медали. Однако на следующий день заголовки газет (сосредоточившись только на именах двух человек, которые этого не добились) гласили: «СТОУНСУ И ШОРТЕРУ НЕ УДАЛОСЬ ЗАВОЕВАТЬ ОЛИМПИЙСКОЕ ЗОЛОТО».

### 4. НАВЯЗЧИВАЯ НЕОБХОДИМОСТЬ КОНТРОЛИРОВАТЬ

Здравомыслящий, уравновешенный человек может осуществлять хороший контроль над собой, своей работой, своим окружением и другими индивидуумами. Он также способен принимать распоряжения от других.

С другой стороны. Подавляющая Личность добивается того, чтобы на нее никогда не было оказано никакого воздействия. Вместо того, чтобы подчиняться какому бы то ни было управлению, она должна управлять и господствовать над всеми остальными. Это выглядит так, как если бы ПЛ заявляла: «Никто меня не тронет. Никто не будет оказывать на меня влияния. Никто мне не навредит. Никто не заставит меня изменить точку зрения». Она носит умственный бронезилет, и хотя она может выглядеть дружелюбной, или даже любящей, ее защита непробиваема.

Это особенно заметно в разговоре. Ваши слова искусно отодвигаются в сторону, подчеркнута игнорируются, высмеиваются или отклоняются в манере покровительственного снисхождения. Один из рода «нет-воздействия», за которым я наблюдала, всегда начинает нетерпеливо кивать головой, когда вы пытаетесь что-нибудь ему сказать. Он перебивает вас: «Я знаю, я знаю. Не нужно мне это рассказывать».

Другой тип, кажущаяся милой женщина, любезно улыбается, при этом совершенно не слушая, что вы говорите. «Не правда ли это мило...» - сладко журчит она, говорите ли вы ей, что вас только что выбрали председателем правления или что вы только что узнали, что у вас рак в конечной стадии.

Еще один разрушитель эго добивается превосходства в любой истории, которую вы ему

рассказываете, сообщая такую, которая больше, лучше и так далее. Неважно, что вы говорите, он отказывается удивляться. Когда вы рассказываете ему, что вы только что нашли на улице пять долларов, он дает вам знать, что его друг обнаружил в заброшенном доме коробку из-под туфель полную двадцатидолларовых банкнот. Если вам вчера ночью повезло в покере, он ставит вас на место историей о своей кухне, которая выиграла на прошлой неделе большую сумму в лотерее.

Однажды я работала с женщиной, которая не умела водить машину. Хотя она часто заказывала такси домой, она не любила ждать, потому всегда заказывала его задолго до того, как заканчивала работу. Поэтому, когда машина приезжала, она все еще была занята. И она обычно заставляла водителя ждать или давала ему знак, чтобы он уезжал. Иногда нетерпеливый водитель уезжал без нее. В конце концов, диспетчер отказался посылать машины по ее заказам.

Некоторые ПЛ действительно теряют контроль и взрываются яростью, когда вынуждены быть нежелательным следствием другого человека. Дебби рассказывала о своем муже-садисте: «Он всегда дразнил людей. Он, бывало, дразнил маленьких детей, а потом смеялся и говорил, что он просто шутил. Особенно ему нравилось щекотать меня. Он, бывало, садился на мои ноги и держал мои руки внизу; а затем щекотал меня до тех пор, пока я не взмолю о пощаде. Он просто смеялся и говорил, что он просто веселится. И однажды вечером мое терпение лопнуло. Я сказала ему: «Если ты не прекратишь, я плюну тебе в лицо». Он только улыбнулся и сказал: «Ты не посмеешь».

В отчаянии Дебби действительно плюнула в него. Он так взбесился, что избил ее до бессознательного состояния. На следующий день, когда она встречалась со своим адвокатом по поводу развода, она показала ему два подбитых глаза, сломанную челюсть и пять зубов, завернутых в носовой платок.

Не многие ПЛ проявляют подобную ярость по этому поводу, но тем или иным способом они совершенно отказываются быть чьим-либо следствием.

Один мужчина рассказывал о своей жене: «Она может сказать мне, чтобы я заткнулся, но я ей так сказать не могу. Она этого не выносит. Она начинает плакать или ходит мрачная несколько дней. Она очень расстраивается, когда не может всем управлять».

Для многих Антисоциальных Личностей трудно, если вообще не невозможно, сказать: «Я не знаю». Они не могут признаться даже в малейшем неведении. С другой стороны, мы иногда встречаем ПЛ, которые выставляют напоказ свою тупость. Это хронический неудачник, который вечно ноет о своих неспособностях. «Я никогда не обучался, как это делать...» Он отказывается быть следствием любой попытки обучить его или дать ему совет. Он гордится тем, что демонстрирует, что ваши усилия или ваши решения не работают.

Подавляющая Личность должна быть правой. Она не позволяет себе никакой честной самокритики (хотя вы можете увидеть, как она занимается ложной самокритикой в качестве маскировки, при этом она ни на йоту не изменяется). Она рассматривает свои действия как совершенно оправданные, несмотря на ужасные воздействия, оказанные на других. Многие ПЛ, с их навязчивой необходимостью быть правыми, изображают атмосферу абсолютной уверенности. Те из нас, кто ожидает от других руководства и управления, часто ошибочно принимают эту навязчивую самонадеянность за действительную компетентность. Именно поэтому многие люди соглашаются и следуют за суперсамоуверенными Подавителями, которые часто добиваются высоких должностей в бизнесе и правительстве.

Если ПЛ каким-либо образом принуждают к открытой конфронтации с ее проступками, она может серьезно заболеть. Недавно мы наблюдали судебные разбирательства чванливых, высокомерных политиков, которые годами деспотично использовали свою власть. Внезапно его раскрывают, как преступника, который тайно злоупотреблял правительственными средствами. Он решительно отрицает обвинения, но неопровержимые улики, в конце концов, вынуждают его признать свою вину. Шок подобного публичного осуждения часто приводит к драматическим переменам в личности. ПЛ может заболеть или покончить жизнь самоубийством. Некоторые навсегда выходят из своих подавляющих ролей и исполненные раскаянием становятся религиозными фанатиками или проводят остаток своей жизни, тихо ведя благотворительную работу в качестве заглаживания вины.

## 5. НЕЭТИЧНОСТЬ

Джерри любил начинать компании на деньги других людей. Почему-то ни одно из его начинаний никогда не сдвигалось с мертвой точки. Однако Джерри продолжал с помощью своего очарования втираться в доверие к простакам. Обещая фантастические прибыли, плетя паутину из контрактов, слияний, документов и соглашений, при этом разглагольствуя на псевдоюридическом профессиональном жаргоне, производящим глубокое впечатление, он убеждал сотни обнадеженных жертв делиться своими сбережениями. Сам Джерри жил как миллионер. Эксплуатация была для него стилем жизни. Те, кто доверился ему, оставались в замешательстве, обманутыми и разгневанными. Когда, в конце концов, ему предъявляли обвинение в мошенничестве, он ничего не мог понять. «Почему все на меня сердятся? Понимаете, все эти люди искали, во что вложить деньги. Я пришел и предложил им прекрасную возможность. Почему они все так против меня настроены?»

Изумительно, как часто и делают Подавляющие Личности, он подробно излагал свои неэтичные поступки свободно и самоуверенно, так, как будто это «просто произошло».

Многие ПЛ совершают вопиющие нарушения закона.

Мафия вымогает деньги за «крышу» на чистом страхе. Ростовщичество угрожают насилием, чтобы получить непомерные проценты со своих жертв. Продавцы наркотиков ломают жизни даже без намека на угрызения совести.

Однако иногда вы видите, как Подавитель использует закон для того, чтобы запугать других.

Руководители Нью-йоркской Телефонной Компании сообщили, что заключенные Манхэттенского Городского Исправительного Центра вычислили, как делать звонки в отдаленные пункты, такие как Южная Америка, на сумму 100.000-долларов, не опустив в автомат ни единого цента.

Позже телефонная компания попыталась убрать двадцать три телефона из этой тюрьмы. Но находчивые заключенные блокировали эту акцию с помощью судебного иска, заявляя, что снятие телефонов нарушает их право общаться с адвокатами и родственниками.

Все преступники подавляющие. Здесь мы имеем в виду бессердечных, закоренелых правонарушителей - не того человека, который делает один или два неверных шага (часто под воздействием ПЛ), но потом чувствует искреннее сожаление и желание исправиться.

*ПРЕСТУПНИК: тот, кто неспособен думать о другом человеке, неспособен определять свои собственные действия, неспособен следовать приказам, неспособен развивать что-либо, неспособен определять разницу между добром и злом, вообще неспособен думать о будущем. У любого человека есть некоторые из этих черт; у преступника они присутствуют ВСЕ.*

*Л. Рон Хаббард*

*Технический Словарь Дианетики и Саентологии*

Не все преступники находятся в тюрьме. На самом деле, не все их преступления по законам нашего общества подлежат рассмотрению в суде. Однако, тем или иным способом, открытым ли насилием или жульничеством, преступник стремится лишиться других законной собственности.

Вы можете почти всегда рассчитывать на то, что ПЛ постоянно нарушает закон. Она может присваивать деньги своей компании или просто проезжать мимо знаков «стоп». В любом случае, он будет сопротивляться любой дисциплине.

И последнее, не сбрасывайте со счета тихую маленькую старую леди ПЛ из-за того, что она не ходит по улице с тридцать восьмым калибром или не толкает героин на углу за магазином для наркоманов [Head shop - Амер. слэнг. Магазин, где продаются курительные трубки, благовонные курения, бусы и т.п. - Словарь Мультилекс.]. Она может сочувственно уговаривать своего мужа, страдающего диабетом, съесть еще один кусочек торта со взбитыми сливками или разрушать родительскую дисциплину, тайком давая своим внукам конфеты, леденцы или другие вкусности, портящие аппетит. В разговорах, усыпанных вычурными выражениями нежности, она запросто раскромсает репутации одного-двух человек. Она никогда не попадет в тюрьму за свои деяния. Однако тем, кто получает ее «великодушные», может быть нанесен такой же вред, как и жертвам уличных хулиганов.

## 6. НЕВЕРНО НАПРАВЛЕННЫЕ УСИЛИЯ

Подавляющая Личность выбирает неправильную мишень. Она атакует людей, которые ей ничего не сделали. Она вкладывает свою энергию в ошибочные стремления. Она ошибочно обвиняет.

Бушующий отец за обеденным столом делает угрожающие жесты своему съезжившемуся от страха сыну и сбивает стакан с водой. Когда он нетерпеливо промокает салфеткой эту лужу, он бормочет: «Проклятая вода!»

Многие умные и получившие хорошее образование преступники могли бы вполне законно добиться успеха, если бы они просто направили свои способности в конструктивное русло. Но вместо этого они выбирают путь грабежа и обмана невинных людей.

Чарльз Мэнсон, осужденный убийца и подстрекатель, служит примером наиболее ужасной ПЛ. В зале заседания суда он произнес длинную тираду, обвиняя «правлящие круги» во всех своих зверствах.

*...для них [ПЛ] все общество представляет собой огромное враждебное обобщение, в особенности враждебное по отношению к этой антисоциальной личности.*

*Л. Рон Хаббард*

*Введение в Саентологическую Этику*

Проповедуя «любовь» своим последователям, Мэнсон убеждал их убивать без сожаления. Большой частью его жертвы были ему совершенно незнакомы. Опять-таки он преследовал неправильную мишень.

По его собственным показаниям он пытался начать расовую войну, на которую, как он утверждал, вдохновляла музыка Битлз. «Почему вы обвиняете меня? - обращался он к суду. - Эта музыка заставила меня сделать это». Его безумные атаки вели человечество к смерти и страданию.

ПЛ - это мастер в том, чтобы заставлять других неправильно направлять свои усилия и внимание. Бэйли, заместитель президента маленькой компании, уговорил начальника уволить невинного человека, чтобы скрыть факт получения денежной «благодарности» от крупного поставщика.

Другая крайность - Ирен, которая долгое время вводила меня в заблуждение. Она казалась добрым человеком, у которого было немного собственных проблем. Однако с ее семьей дела обстояли совсем наоборот. Частые болезни ее мужа требовали необычного лечения, диет, транквилизаторов и снотворного. Ирен всегда была полна сочувствия и внимания.

Ее сын постоянно имел проблемы в школе, дважды побывал в тюрьме. Ее дочь, страдающая избытком веса, которая десять из своих двадцати лет промоталась по психиатрическим учреждениям, была исключена из двух колледжей. Всякий раз, когда она впадала в отчаяние по поводу избыточного веса, Ирен утешала ее коробкой шоколадных конфет. «Все в порядке, дорогая, - говорила она своей дочери. - Не всем же дано быть стройными. Почему бы тебе не быть самой собой?»

Я удивлялась, как она сохраняет самообладание в окружении такой проблемной семьи. Потом я узнала о ПЛ. С неохотой я согласилась, что Ирен была чересчур сочувственной. Она никогда не вводила никаких правил в семье, никогда не руководила и не давала советов, никогда не дисциплинировала. Вместо того, чтобы предложить эффективную помощь, ее бесполезное сочувствие просто побуждало ее семью оправдывать свои неудачи. Под ее бесконечной «добротой» скрывалась полная безответственность и пренебрежение. Какой странный путь к неверной цели. Я осознала, что она вообще никогда не намечала никаких целей!

И может быть это самый худший вид неверно направленных усилий.

## 7. ОНА ПОДДЕРЖИВАЕТ РАЗРУШИТЕЛЬНЫЕ РЕШЕНИЯ И АТАКУЕТ СОЗИДАТЕЛЬНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Изучение истории во многом подтвердит это - слабый народ способствует продвижению к власти злобного тирана в качестве кажущегося решения национальных проблем. Подобные индивидуумы были классическими примерами Подавителей, которые жаждали власти для того, чтобы разрушать. Наполеон, Гитлер, Чингиз-Хан, Сталин, Атила Варвар и Юлий Цезарь - это только некоторые примеры наиболее отвратительных. Их решением проблем человечества была война, кровопролитие и убийство.

Наполеон, хотя и был блестящим военачальником, принес опустошение Европе в своем фанатичном стремлении к власти и господству.

Иосиф Сталин приказал расстрелять десятки миллионов своих сограждан во имя национального единства.

Не так давно Чоу Ин-лэй, работавший личным палачом у Мао Цзе-дуна, вел политику таким образом, что первые десять лет правления маоистов вылились в смерть от тридцати до шестидесяти миллионов людей. Многие умерли в лагерях принудительного труда, от пули в затылок, от голода или от пыток.

Любая воинствующая группа, которая специализируется на бессмысленных актах терроризма, вымогательстве, захватах самолетов, беспорядочных бомбардировках, похищениях людей или убийствах невинных (ложные цели) является Подавляющей. Они, на самом деле, разрушают ради разрушения, а не ради преобразований.

Немногие из нас когда-нибудь встретят таких, как Гитлер или Сталин. Однако мы столкнемся с теми, кто поддерживает те же самые кровавые разрушительные меры.

Спустя несколько дней после второго покушения на Президента Форда, я ждала в маленьком бакалейном магазине, пока его владелец подсчитает сумму всех моих покупок. Мы вместе жаловались на инфляцию и на то, что стоимость моей сумки с продуктами стала равняться недельной зарплате. Он сказал: «Не удивительно, что люди стреляют в Президента».

Этот комментарий настолько поразил меня, что мне потребовалось некоторое время, чтобы сказать что-либо в ответ. «Ну, я не думаю, что убийство Президента действительно решит вопрос с инфляцией, не так ли?» Он с неохотой согласился.

Одно его предложение содержало три признака ПЛ: 1) он оправдывал деструктивное решение; 2) оно было очевидно направлено на ложную цель и 3) его утверждение было ошибочным обобщением - «люди» не стреляли в Президента, только двое сумасшедших.

## 8. ОНА ГОВОРИТ ОБОБЩЕНИЯМИ

Нет ничего плохого в случайном обобщении; мы все используем их для убеждения. Однако Торговец Хаосом специализируется на распространении расстраивающих обобщений.

Распространяя свои плохие новости, он обычно использует такие фразы, как: «А ты не думаешь, что все...», «Люди...», «Они всегда...», «Женщины никогда...», «Везде...». Эта практика делает довольно трудной задачу обнаружить и распознать ПЛ. Ее неопределенные обобщения рассеивают наши мысли. Кажется, что «все» это говорили.

Пробегая глазами популярный еженедельный новостной журнал (большой частью изобилующий плохими новостями), я отметила следующее: «Люди теперь задаются вопросом...», «Вашингтон ошеломлен этим скандалом...», «Сегодняшний стиль жизни отражает...», «Считается, что это...», «Полагают, что кандидат слишком...», «Нация ждет, чтобы Президент занял позицию...» Впечатление, которое пытались создать редакторы, что «везде все плохо». И это именно тот эффект, который старается достичь наш предвестник гибели при помощи своих обобщений.

В дорогом ресторане Нью-Йорка обедала пара. Когда они выпили по второму бокалу, официант принес им булочки и суп. «Принесите нам еще выпить», - выпалила женщина.

Едва они попробовали суп, как между ними разгорелся горячий спор. Когда официант подал основное блюдо, женщина с воинственным видом огляделась по сторонам, как будто искала что можно покритиковать. Она обнаружила булочки. «Официант, - небрежно произнесла она, - они холодные. Принесите нам горячие».

«Но, Джинджер, - сказал ее спутник, - Я уверен, что они были горячими, когда он принес их, но ты захотела еще выпить. Все равно, та никогда не ешь булочки».

Официант стоял в нерешительности, Джинджер прорычала: «Думаю, что за такие цены можно, по крайней мере, получить горячие булочки».

«Да, мадам», - ответил официант, перед тем как суетливо убежал.

Пара продолжала спорить в течение еще нескольких минут, которые потребовались официанту, чтобы принести булочки. «Слишком поздно», - гавкнула женщина, махнув рукой. «Уберите их отсюда».

Растерянный официант все еще стоял, когда Джинджер позвала метрдотеля. «Скажите, - позвала она его, - здесь паршивое обслуживание. Что здесь такое? У вас все идет к чертям собачьим, как и все вокруг в наше время».

«В чем проблема, мадам?» - вежливо спросил метрдотель.

«Все это вонючее место, вот проблема».

И официант, и метрдотель пытались выяснить, есть ли еще какие-либо жалобы (кроме булочек), но она только все громче и оскорбительнее кричала. «Это просто паршивое место. Я пытаюсь вам сказать именно это, и все, что вы можете делать, это задавать мне еще больше глупых вопросов. Мы - приносящие доход клиенты. Мы ничего не должны вам доказывать. Говорю вам - это всего лишь паршивое место».

Если вы начнете слушать их, вы услышите, как Антисоциальные Личности с помощью своих ложных обобщений намеренно создают тревогу и расстраивают окружающих.

## 9. ОНА НЕ ЗАВЕРШАЕТ ДЕЛА

Многие из нас откладывают завершение дел; мы не всегда так эффективны, как хотели бы. Это не означает, что мы - Подавляющие Личности. Однако Торговцы Хаосом постоянно оставляют за собой незаконченные циклы - либо свои собственные, либо чужие.

Я знаю одного человека, ПЛ, который окружен незаконченными и заброшенными проектами. Его дом, офис и мастерская завалены невообразимой коллекцией всякого тряпья, которое ему «когда-нибудь может понадобиться». Невозможно найти необходимые детали или закончить работу. Мысль о том, чтобы попытаться убрать такое место или навести в нем порядок, повергло бы в слезы большинство из нас.

Другой - не собирает вещи. Он может чинить газонокосилку и оставлять инструменты по всему гаражу.

Один тип Подавителя обычно так плохо выполняет свою работу, что ее приходится переделывать заново. Он напишет настолько неполный отчет, что вы будете вынуждены опять идти к нему и просить больше данных.

Другой сорт разрушителя делает работу наспех - никогда не доводя до логического завершения. Он устанавливает новую дверь, но никогда не сподобится покрасить ее, чтобы она подходила к остальной части комнаты.

Я знаю несколько ПЛ, которые всегда злоупотребляют гостеприимством. Почти всегда необходимо выталкивать их за дверь, чтобы не допустить, что они останутся на постоянное местожительство.

Несмотря на то, что вы встретите многих Антисоциальных Личностей, чье окружение находится в порядке, их неспособность заканчивать дела проявляет себя другими способами. Например, каждая ПЛ, которую я знаю, жалуется без конца. Она не прощает и не забывает. Ее расстройства не проходят. Она не может простить. Недели, месяцы, даже годы спустя она будет горько жаловаться на старые обиды, неудачи и несправедливость (настоящие или воображаемые).

Некоторые Антисоциальные Личности никогда не оплачивают свои счета. Одна, с которой я знакома, производит впечатление процветающей и успешной. Однако я знаю пятерых человек, которым она должна деньги уже несколько лет. Их постоянные попытки получить их бесплодны.

Вместе со своей неспособностью заканчивать циклы, ПЛ препятствует другим завершать их. Это один из ее основных методов создания хаоса. Если вы пытаетесь выполнить работу, она может то и дело отвлекать вас. Если этот разрушитель ваш начальник, он может настаивать, чтобы вы переделали работу, которая уже была успешно завершена. (На самом деле вечно стремящийся к улучшению человек, которого мы никак не можем удовлетворить, - это Подаватель.) Другой тип всегда торопит людей, выводя их из равновесия и вынуждая к преждевременному завершению своей работы.

Один подавляющий отец согласился помочь своему сыну, Дагу, построить модель самолета, поощряя его на этот проект, пока это полностью не завладело вниманием мальчика. Затем, когда Дагу нужна была самая важная деталь, чтобы закончить самолет, его отец постоянно «забывал» достать ее для него. Разочарованный, Даг попытался найти нужную ему деталь в мастерской отца, но инструменты и оборудование были в невозможном беспорядке. После многих просьб и продолжающегося нарушения обещаний, Даг сдался. Заброшенный самолет лежал забытый на верстаке - где его постепенно завалили всяким хламом.

Другая специальность ПЛ не допустить, чтобы другие заканчивали общение. Они прерывают ваш рассказ. Они останавливают вас, чтобы оспорить не относящийся к делу пункт. Они не удосуживаются



отвечать, оставляя вас в недоумении, были ли вы услышаны или вам нужно повторить свое сообщение. Один из этих образчиков, теперь находящийся в моем черном списке, однажды вмешался, чтобы поправить меня, как раз в тот момент, когда я произносила ключевую фразу моей шутки.

Удивительное количество Антисоциальных Личностей прокладывают себе дорогу в сферу общения. Я изучала подавляющую технологию одного подобного типа, ведущего ток-шоу. Он задает вопрос, и до того, как его гость завершает ответ, он прерывает его двумя или тремя новыми вопросами, задавая их с притворно большим интересом. Присутствующая знаменитость оказывается в затруднительном положении с несколькими неотвеченными вопросами. Теперь, какой бы вопрос он не выбрал для ответа, все равно создается впечатление, что он избегает другого вопроса. Если же он одарен великолепной памятью и невероятной уравновешенностью, гость может быть даже сможет восстановить в памяти все вопросы и ответить на них один за другим. Однако маловероятно, что ведущий вообще даст ему шанс сделать это. Такая тактика приводит гостя в замешательство и отвлекает его внимание. В конце шоу он измотан. (Что происходит, когда мы не можем завершить задуманные нами действия.) Он может запинаться, заикаться или глупо выглядеть. Это, конечно, и есть скрытое намерение Торговца Хаосом.

## 10. СОБСТВЕННОСТЬ

Многие ПЛ считают, что «никто на самом деле ничем не владеет» и они действуют с полным пренебрежением к своей или чужой собственности.

Ее недостаток уважения к собственности часто проявляет себя в том, как она обращается с чьими-нибудь вещами. Она может стукнуть вашу машину, потерять книгу, которую вы одолжили ей, или ничтоже сумняшеся присвоить ножницы для подстригания кустов, которыми вы позволили ей попользоваться на прошлой неделе.

Некоторые Подаватели живут в грязи, их мебель сломана, их техника находится в нерабочем состоянии. Они могут быть окружены огромными коллекциями из рухляди, незавершенных проектов и неиспользуемых материалов. Царит беспорядок и запущенность.

На работе это тот, кто совершенно не ценит собственность или репутацию компании. Его усилия заканчиваются поломкой, потерянными деталями и разрушенными отношениями с обществом. Возможно, он ворует детали и технику.

Студенты колледжа, которых я знаю, сдали на лето в субаренду ими самими арендуемый дом мужчине, который не удосужился упомянуть, что это место будет использоваться как убежище для сбежавших из дома подростков. Через четыре месяца они вернулись и обнаружили, что некогда прекрасный дом выглядел как район бедствия. Было разбито четыре окна, сломано несколько перегородок. Не хватало одной двери. Во многих стенах были пробиты огромные дыры. Раковина в ванной была оторвана от стены, и из сломанных труб хлестала вода, которая разрушила кафельную плитку в ванной, пол и потолки этажом ниже. Из запертого чердака были украдены вещи на сумму свыше 4 000 долларов.

Не каждая ПЛ причиняет физические разрушения. Многие живут в эстетичной, весьма дорогой обстановке. Некоторые не останавливаются ни перед чем в своих честолюбивых замыслах и становятся довольно богатыми. У них напрочь отсутствуют угрызения совести по поводу присвоения чужой собственности (включая деньги) для достижения собственных целей. Затем они используют деньги для того, чтобы управлять и господствовать над людьми.

Одна богатая вдова постоянно дает займы деньги друзьям и родственникам, чтобы поддержать сомнительные проекты или выручить их из финансовых затруднений. Никто из них не возвращал ей долги, что позволяло ей бесконечно жаловаться на их неблагодарность и ненадежность. К тому же опыт, похоже, проходит для нее даром, так как она продолжает давать займы и терять деньги. Она получает удовольствие, жалуясь, что люди «не кто иные, как хитрые воры».

Продукт человека также может отражать его природу подавателя. Адвокат, который ловко использует неувязки в законе для того, чтобы освободить признанного убийцу, вряд ли делает хорошее дело для человечества. Так же, как и производитель, который продает лекарство более опасное, чем приносящее пользу, или подрядчик, который специализируется на высоких ценах и дешевом, избыточном недостатками строительстве.

Наконец, я знаю нескольких ПЛ, которые живут в роскошной обстановке, но их материальная собственность это ВСЕ, что имеет для них значение. Они принижают все духовные стремления и любые попытки самоулучшения. Они рассматривают друзей и семью как «объекты», которыми пользуются, показывают и управляют. Их искаженное чувство собственности, очевидно, измеряется абсолютно материалистическими величинами.

## 11. НЕРАЗУМНОЕ ОТВРАЩЕНИЕ К ПОМОЩИ

Для ПЛ не существует такой вещи как помощь. Она истолковывает любую попытку помочь ей, как нападение на нее.

Помощь другим также представляет угрозу, так как она рассматривает каждого как своего врага, и, естественно, ей лучше, чтобы они были слабыми.

Антисоциальная Личность может даже заболеть, если вы попытаетесь помочь ей; она, скорее всего, будет винить вашу помощь в своей болезни.

Одна подавляющая знакомая как-то жаловалась мне, что она все время чувствует себя уставшей. Она ходила к доктору, но он не смог ничего найти. Я спросила, принимает ли она какие-нибудь витаминные и минеральные добавки. «Нет, - ответила она, - я никогда не принимала витамины. Ты думаешь, мне стоит?»

Я ответила, что мне они помогли.

Она позвонила мне несколько дней спустя. «Знаешь что? Я свалилась с самой ужасной простудой, которая у меня была за все эти годы! Я думала, что эти витамины, которые ты мне посоветовала, помогут мне выздороветь. Я знала, что мне не нужно их принимать, - сказала она. - Я думаю, что именно эти витамины вызвали у меня эту простуду».

Я знаю одного успешного бизнесмена, который недавно женился. Его милая жена жаловалась: «Ты и твои друзья намного более уверенные, чем я». В ответ, он предложил ей пройти курс по самоулучшению, который помог ему и тысячам других. Когда я впервые встретилась с ней несколько месяцев спустя, она все еще посещала этот курс, с перерывами. Казалось, она не могла найти время, чтобы его закончить. «Это, наверное, прекрасный курс, - сказала она мне. - Но я не настолько талантлива, как другие люди. Я так стараюсь, но сомневаюсь, помогает ли он мне».

Она утонченно отвергала, что получила какую-то пользу от курса. Это само по себе не убедило меня в том, что она Подавляющая, но, взглянув на ее мужа, я убедилась в этом. Его когда-то веселое, беззаботное поведение исчезло. Лицо было мрачным, глаза безжизненными и вытаращенными, когда он уверял меня (совершенно серьезно), что он счастлив в своем новом браке. Для его же пользы, я надеюсь, что он вскоре найдет средство от подобного счастья.

С другой стороны, «помощь», которую предоставляет ПЛ, скорее всего, оставит того, кому она предназначена, без денег, здравомыслия, репутации или собственности. Вид помощи Подавителя может быть чистым разрушением.

Многие жестокие терапии были выдвинуты как средство решения умственных проблем. По иронии большинство душевно больных уже являются жертвами жестокого подавления, и когда они ищут помощи, они часто попадают в руки другого Подавителя, который еще больше их разрушает.

В настоящее время, после следующих отчетов, ведется расследование в одной психиатрической клинике крупного города. Свидетельство консультанта: «Я видел пациентов на грани развода из-за этой группы, других на грани эмоционального или умственного срыва из-за применения так называемой терапии.... Во время их собраний поощряются безжалостные словесные нападки на личности. Предполагается, что это помогает, но большинство людей находят это в высшей степени расстраивающим».

Один общественный работник сообщил, что лидер этой группы «... приходил в восторг при виде ярости. Ему нравилось провоцировать людей, чтобы они злились друг на друга, затем он садился в сторонке и наслаждался, наблюдая за ними». Бывший пациент вспоминает: «Они говорят вам, что, если вы покинете группу, то вам больше не на что надеяться».

«Подобные испытания, - сообщил следователь, - нанесли большую психологическую травму многим людям. Они считают, что они не так хороши и что они потерпели неудачу... Для них это еще один неудачный опыт».

Это помощь?

## ГЛАВА 5. КАК ОПОЗНАТЬ ПОДАВЛЯЮЩУЮ ЛИЧНОСТЬ?

*Вы отметите в характеристиках антисоциальной личности, что уровень интеллекта не является ключом к ней. Они бывают способными, тупыми или посредственностями. Таким образом, те, кто особо умен, могут подняться до значительных высот, даже стать главой государства.*

*Влиятельность и способность или желание подняться над другими также не являются признаками антисоциала. Когда же они становятся влиятельными людьми или высоко поднимаются, они весьма заметны из-за обширных последствий их действий. Но они также могут быть незначительными людьми или занимать очень низкое положение и не желать ничего лучшего.*

*Л.Рон Хаббард*

*Введение в Саентологическую Этику*

После прочтения последней главы вы можете заподозрить, что половина тех, кого вы знаете, точно являются ПЛ, возможно, даже вы сами. Каждый из нас когда-то был виновен в подавлении другого человека.

К сожалению, определение Антисоциальной Личности не всегда является ситуацией черного и белого. Среди нас не существует абсолютных ангелов или сущих дьяволов, большинство находится где-то посередине. Чтобы сделать правильное суждение, мы должны взвесить хорошее и плохое и решить, является ли совокупный продукт этого человека конструктивным и помогает ли он выживанию как своему, так и тех, с кем он связан, или его усилия ведут в основном к разрушениям.

Это вопрос пропорции. Как человек проводит большую часть своего времени? Если он много работает, чтобы вести порядочную жизнь, и только случайно делает ошибки, он без сомнения принадлежит к положительной части. Но если его обычные проявления по большей части подавляющего характера, тогда мы можем полагать, что он является Подавляющей Личностью.

*Каждый человек совершал насильственные действия или допускал со своей стороны бездействия, за которые его можно было бы порицать. Во всем Человечестве не найдется ни одного идеального человеческого существа.*

*Но есть те, кто старается поступать правильно, и те, кто специализируется на зле, и по этим фактам и признакам вы можете отличать их.*

*Л.Рон Хаббард*

*Введение в Саентологическую Этику*

Если вы обнаружите у себя признаки американских горок или заподозрите, что в вашей жизни существует ПЛ, найдите того, кто постоянно беспокоит вас и приносит вам неприятности, кого-то близкого. Это могут быть отец, мать, супруг, братья, сестры, тети, дяди, бабушки, дедушки, любовники, начальники, учителя или друзья. Что касается семьи и возлюбленных, то понятно, что трудно посмотреть дальше своей сильной эмоциональной привязанности, но здесь-то мы часто и находим ПЛ. Наша эмоциональная или финансовая зависимость повышает нашу уязвимость.

Основывайте свое суждение на том, постоянно ли этот человек сбивает с толка или останавливает вас.

Используйте таблицу Положительных и Отрицательных Характеристик, чтобы помочь себе определить возможную ПЛ.

### ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ И ОТРИЦАТЕЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Социальная Личность проявляет большинство положительных характеристик, тогда как Антисоциальная Личность показывает большинство отрицательных характерных черт. В некоторых случаях у вас может быть недостаточно информации, чтобы оценить каждый пункт из списка. Например, если вы не знаете, являются ли связанные с ним люди больными, запуганными и неудачниками, не предполагайте автоматически, что с ними все в порядке и они счастливы. Оставьте этот вопрос открытым, пока у вас не будет достаточно информации.

## ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

1. Предпочитает говорить о хороших новостях; старается не ранить людей.
2. Его партнеры склонны к стабильности, с ними все в порядке, и они счастливы.
3. Передает сообщения с небольшими изменениями. Имеет склонность опускать плохие новости
4. Следует распоряжениям и принимает совет. Заинтересован в изменении, улучшении. Может признать, что он не прав.
5. Стыдится своих проступков. Берет ответственность за ошибки или нарушения.
6. Пытается найти правильные решения.
7. Поддерживает созидательные группы и действия; протестует против разрушительной деятельности.
8. Старается быть точным, рассказывая положение дел.
9. Обычно заканчивает дела. Уважает чужие время и усилия. Не держит зла.
10. Уважает права других. Осуждает воровство или неправильное обращение с собственностью.
11. Желает помогать другим и способен получать помощь.

## ОТРИЦАТЕЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

1. В основном занимается тем, что распространяет плохие, новости, слухи, критичные и враждебные замечания и обесценивание.
2. Партнеры испытывают Американские Горки, часто болеют, запуганы и терпят неудачи.
3. Изменяет сообщения в худшую сторону, когда передает их другим. Не пропускает хорошие новости и преувеличивает плохие.
4. Пытается все контролировать. Не может быть следствием чего-либо. Неизменен. Не может признать, что он не прав.
5. Нарушитель правил. Неэтичен. Без совести.
6. Неверно направленные усилия. Обвиняет не то и не тех. Стремится к неверной цели.
7. Поддерживает разрушительные решения; нападает на созидательные действия.
8. Говорит широкими обобщениями, особенно при передаче слухов и новостей.
9. Не допускает завершения, дел. Останавливает свои и чужие действия. Злопамятен.
10. Неуважителен к праву собственности. Небрежен с собственным и чужим имуществом. Часто меркантилен.
11. Противится получению помощи. Стремится разрушать во имя помощи.

Этот список частично получен из данных инструктивного письма Л. Рона Хаббарда «Антисоциальная Личность» - из книги «Введение в Саентологическую Этику»

## ИЗ ПРОШЛОГО

Иногда знакомые могут нас расстраивать, хотя они на самом деле не ПЛ. У нас будут американские горки, когда кто-то напоминает нам настоящую Подавляющую Личность из нашего прошлого.

Экономка, которую я однажды наняла, была почти не в состоянии выполнять указания. Труди была ужасно эффективна в уборке (она атаковала грязь, как будто это был ее кровный враг), но когда я

предлагала какие-либо изменения или исправления, она становилась растерянной, подавленной и совершала невероятные ошибки. Она защищалась, когда ее никто не обвинял, она постоянно предвосхищала и старалась отразить критику. Труди чуть ли не сходила с ума каждый раз, когда узнавала, что я жду гостей. Она летала из одного конца дома в другой, снимая занавески, отмывая мебель, неистово полируя все поверхности. «Труди, - говорила я, - знаешь, мы ждем не Королеву Англии. Это просто несколько моих старых друзей. Они никогда не будут проверять, что там под кушеткой».

Она отказалась мыть безделушки, потому что страшно боялась их разбить. «Все в порядке, Труди, - пыталась я разубедить ее. - У меня нет ни одной вещи, которую я бы не была готова потерять. Вперед, ломай здесь что угодно».

«О, не говорите так!», - она содрогнулась.

Очевидно, что когда-то в прошлом ей было сделано такое болезненное внушение, что в настоящее время она противостояла всем инструкциям. Не важно, насколько мягко я просила ее о чем-то, она реагировала, как будто я замахивалась на нее плеткой. В ее уме я полностью отождествлялась с каким-то таинственным педантом из ее прошлого.

Чтобы помочь человеку с таким видом уклонения, необходимо определить настоящего Торговца Страхом и стереть разрушение, нанесенное им или ею. В большинстве случаев это требует профессиональной Саентологической консультации.

## ПОГРАНИЧНЫЙ ТИП ПЛ

Если человек находится под постоянным подавлением и ничего с этим не делает, он сам понемногу становится все более и более подавляющим. Изгиб американских горок имеет тенденцию к выравниванию, и он все больше времени проводит на дне.

Хотя такой человек проявляет много подавляющих свойств, мы чувствуем хорошие намерения под этим, и мы не способны поверить, что он подлинный ПЛ.

Является ли этот человек Подавляющим? По моему убеждению, существует два типа Антисоциальных Личностей: «Закоренелый» ПЛ, который ведет себя так, как будто он подавляет веками, и «Функциональный Подавитель», который, возможно, имеет более добрые намерения, но настолько поддался атаке, что сам не в состоянии не быть подавляющим. (Слишком поздно он наконец-то борется в ответ. Но он атакует не того врага.)

В любом случае отличие между Закоренелым и Функциональным ПЛ чисто теоретическое. Для практического применения мы должны спросить: Активно ли он расстраивает других? Он или она более вредоносен, чем полезен? Если ответ на какой-либо из этих вопросов «да», тогда мы должны считать этого человека ПЛ.

## ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ОТНОШЕНИЕ

Обычно мы находим Антисоциальную Личность зафиксированной в одном из нескольких хронических эмоциональных отношений.

Некоторые ворчливые, жестокие, злые и любят поспорить. Они открыто наслаждаются, разрушая, подавляя, уничтожая, оскорбляя и устрашая. Если бы все ПЛ вели себя как эти бешеные собаки, то опознать их было бы просто.

Однако чаще Торговец Страхом прячет свою враждебность за улыбающейся, веселой маской. Он все равно умудряется жалить и унижать во время «дружеского» разговора. Он осмеивает, издевается, разрушает и опровергает. Всегда «просто шучу, конечно».

Менее устрашающая, но не менее деморализующая, это «добродушная», сверхзаботливая ПЛ, которая неумовимо ограничивает жизнь тех, кто находится рядом с ней. Она покупает вам подарки, она обслуживает вас, она настаивает, что ей не надо ничего взамен. Она попирает вашу способность самому делать что-нибудь для себя.

Несколько дней Миссис Бейкер наблюдала, как ее сын старательно строил модель лодки. Когда она однажды уходила за покупками, он попросил ее купить ему клей. Вместо этого, она «удивила» его, вернувшись с дорогой, готовой лодкой. Его собственное необработанное, незаконченное детище было

засунуто в шкаф, пока мама не выбросила его во время большой весенней уборки.

Такой очевидный благодетель душит чрезмерной защитой и деморализует, настаивая на заботе о вас, когда вам этого не нужно. Такая ПЛ часто сладко извиняется за вас, когда этого не требуется.

Артур с энтузиазмом рассказывал о своей новой работе, когда мама перебила его: «Моему Артуру повезло, что он нашел что-то. Сейчас так трудно найти работу. Я уверена, что в будущем дела у него пойдут лучше. Понимаете, ему всего лишь двадцать девять».

Сверхдобрый человек может быть самым вероломным подавителем из всех, потому что непопулярно думать скверно о том, кто так очевидно желает лучшего.

И не пропустите профессиональную жертву, которая умышленно использует свои несчастья и недуги, чтобы разрушить жизни других. Она хватается, препятствует, подавляет своим унынием. Она не откликается на ваш благонамеренный совет. Она выставляет ваши оптимистические попытки как глупость.

Сотрудник Службы социального обеспечения подбадривал просителя попробовать найти работу или помощь где-то еще, но апатичная молодая женщина бубнила свою историю снова и снова, будто была глуха к каждому слову, которое ей говорили. «Я не могу работать. Я - эпилептик. Однажды моя сестра дала мне денег, но она не пустит меня снова к себе. Некоторое время мне помогала мама. Теперь каждый раз, когда я ей звоню, она не хочет иметь со мной никаких дел. Я продолжаю ей звонить, но она просто бросает трубку. У меня был муж, но он постоянно говорил, что я свожу его с ума. Он бросил меня. Я не знаю где он. Почему я никому не нравлюсь? Все всегда говорят, что со мной трудно ладить. Но никто не совершенен. Нет никакой причины, почему все должны быть против меня. У меня даже нет жилья, с тех пор как мой парень выгнал меня. Сейчас я потеряла свои продовольственные карточки. Это чрезвычайное обстоятельство. Я к тому же эпилептик. Я не могу работать ...»

Другой тип Антисоциальной Личности холоден и неэмоционален. Это педант, способный на бессердечные жестокости, который может лишиться самообладания и утрашить лишь легким движением губ, поднятой бровью или ледяным взглядом.

Кити оставила Дика после пяти лет брака. «Он был так холоден, - рассказывала она мне позже. - Ему ничего нельзя было сказать. Он думал, что знает все ответы. Я была несчастной, не могла понять, что было не так. Я много плакала. Однажды я уговорила его пойти вместе со мной к консультанту по браку, но он не стал откровенничать. Он сказал: «У меня нет необходимости проявлять мои чувства так, как делает это Кит».

«Когда я вышла за него замуж, - продолжала Кити, - я хотела, чтобы обо мне заботились. Я хотела защищенности брака. Цена, которую я заплатила, была ужасной. Я потеряла уважение к себе, мою уверенность, чувство собственного достоинства. Я потеряла чувство юмора. Я не смеялась - действительно не смеялась - целую вечность. В течение пяти лет я чувствовала себя виноватой, глупой, ничтожной и неумелой. Ничто никогда не заслуживало его одобрения. Это было удовлетворительно, или это было неверно, или это было приемлемо. Никогда не было хорошо».

Итак, мы видим, что Антисоциальная Личность может быть в гневе, скрытой враждебности, задабривании, апатии, холодно бесчувственным или в любом другом более низком положении. Она почти всегда зафиксирована в своей индивидуальной эмоции.

## НЕ МОЖЕТ ДАТЬ ОТПОР

Тем или иным образом. Торговец Страхом трудится над тем, чтобы те, над кем он доминирует, не дали ему отпор. То как это происходит, зависит от доминирующей эмоции ПЛ.

Если он грубый, жестокий, или холодно критичный, его жертвы будут бояться навлечь на себя его гнев и критику. Он может бить их, увольнять, вслух оскорблять или исключить из завещания.

Если человек бросает вызов более скрытому ПЛ, он может рассчитывать на то, что немедленно станет объектом усиленной атаки (за его спиной, естественно) в виде лжи, злобных слухов или критики.

Если ПЛ доброго, сочувствующего типа, она так «мила», что вы не хотите быть великаном-людоедом, который осуждает ее.

Конечно, вы чувствуете себя наиболее беспомощным с бедной, печальной, изувеченной,

профессиональной жертвой. Ваше чувство вины защищает ее.

Вот наиболее широко распространенные причины того, почему жертвы не могут дать отпор:

1. Они боятся шантажа, насилия или какой-либо другой формы возмездия.
2. Они не хотят ранить чувства ПЛ, с которой они эмоционально близки.
3. Они каким-то образом зависят от ПЛ.
4. Их покидает сила духа, что мешает им бороться с кем-либо.
5. Они, возможно, и не знают об этом, они считают, что заслуживают такого обращения.

## КОНФЛИКТЫ

Некоторые Антисоциальные Личности получают удовольствие от постоянного состояния войны со своими партнерами. У них получается возбуждать неисчислимое количество вражды, уголовных дел и мелких ссор. Вы можете удивиться, как кто-то может быть настолько вовлеченным в неприятности. Ответ в том, что ПЛ никогда не позволяет недовольству проходить и без усталости работает над поддержанием вечного беспорядка в своем окружении.

Недавно я прочла следующее описание Торговца Хаосом из Нью-Йорка: «Он был злым, любящим спорить и подозрительным человеком. Он отказывался от лечения, пока не был приперт к стенке. Он чрезмерно тратился, участвовал в грандиозных схемах по наживе денег, организовывал крупные проекты и ссорился с властями с большим удовольствием. Он страдал излишним весом и сильно пил. Однажды вечером, после незначительной аварии, он был арестован за препирательства с полицией».

«Он вложил деньги в две ненадежные компании. Затем он купил огромный дом. Вскоре он уже бранился с властями из-за местных тарифов. Потом он столько ругался с рабочими и городскими властями, что они отказались сотрудничать с ним и ему пришлось отказаться от своего проекта. Он продал дом с огромным убытком для себя. Последний раз, когда я видел его, он вел борьбу с налоговой службой из-за того, что претендовал на огромное снижение налогов».

## НЕУГОМОННЫЕ БОЛТУНЫ

Многие ПЛ неугомонные болтуны. Они любят разрушать общение, не давая никому сказать ни слова. (Одно примечательное исключение - замкнутый, отключенный Подавитель, который молча отвергает общение.) Подруга рассказала мне об одной словоохотливой женщине, которая говорит даже во время фильмов.

«Что делать человеку с другом, который никогда не перестает говорить? - спросила Эвелин. - Я уже много лет знаю Лилиан, и она всегда была многословной, но в последние годы она стала невыносимой - прыгает с одной темы на другую, останавливается только, чтобы перевести дыхание или задать вопрос. Затем продолжает говорить, не давая человеку возможности ответить ей. Больше всего Лилиан говорит о своем одиночестве, что все ее старые друзья (кроме меня) исчезли из поля зрения, и что ее муж никогда не говорит с ней. Я так и хотела ей сказать: «Как он может это сделать? Ты никогда не даешь человеку возможность вставить слово». Когда ее перебиваешь, это не дает никаких результатов. Она просто говорит одновременно со мной».

Иногда кто-нибудь из этих неостанавливающихся болтунов искусно создает иллюзию двустороннего общения, расспрашивая вас в мельчайших подробностях, как будто ему очень интересно. Он использует технику скорострельного допроса, он с нетерпением прерывает, чтобы закончить ваше предложение, он невинно предлагает наобум дикую догадку как исход вашего повествования. Таким образом, он поддерживает контроль над вашим разговором, делая вас следствием его вопросов и предположений.

ПЛ: «Как вам удастся сохранять ваши лужайки такими зелеными?»

Жертва: «Ну, я...»

ПЛ: «У вас должно быть есть садовник?»



Жертва: «Нет, я...»

ПЛ: «Одна из этих служб по озеленению? Во сколько это вам обходится?»

Жертва: «Нет, я сам это делаю ...»

ПЛ: «А, тогда химические удобрения?»

Жертва: «Не совсем так. Я делаю компост ...»

ПЛ: «Я читал об этом. Вы выбрасываете весь ваш мусор на задний двор и оставляете его гнить».

Жертва: «Ну, это на самом деле более ...»

ПЛ: «Разве он не воняет на всю округу? Я имею в виду, это стоит того? Вы можете купить пакет штуки, которая делает траву зеленой, убьет сорняк, а также паразитов».

Допрос с пристрастием такого мастера-следователя настолько утомителен, что не удивительно, что его жертвы отказываются даже пытаться общаться.

### НЕУТОМИМАЯ ЭНЕРГИЧНОСТЬ

Довольно многие Торговцы Хаосом проявляют неутомимую энергичность. Они суетятся с внутренней напряженностью, никогда полностью не расслабляясь. Один мужчина описал свою раздражающе услужливую бывшую жену: «Она редко шла спать раньше часа или двух ночи. И она всегда первой вставала. И продолжала суетиться весь день. Всегда делая что-нибудь для кого-нибудь - неважно хотели они этого или нет».

Некоторые не настолько активны, но они все равно упорно вмешиваются. «Моя тетя была самым утомительным человеком, которого я когда-либо знал, - рассказал молодой человек. - Когда она приезжала навестить нас, казалось, что она никогда не расслабляется. Она следовала за мной или моей женой по всему дому, все время разговаривая. Она требовала внимания. Она изводила нас! Она не могла вынести, если ты пытался сконцентрироваться на чем-нибудь еще, кроме нее. Когда мы вернулись из аэропорта, проводив ее после последнего визита, моя жена, войдя в дом, объявила: «Я иду в постель. И чтоб никто не говорил со мной три дня».

### СЕКСУАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ

*Секс, чрезмерный и беспорядочный, кровный брат психоза.*

*Л.Рон Хаббард  
Курс Руководителя Организацией*

Некоторые ПЛ чрезвычайно беспорядочны и часто извращены в своем сексуальном поведении. Здесь мы находим хронического прелюбодея или прелюбодейку, скрытого извращенца, помешенного на сексе человека.

Росс описал своего подавляющего брата: «Он настолько отличался от меня, насколько только могут отличаться люди. Его сексуальная жизнь, например, была абсолютно маниакальной. Он был ненасытным. У него были, без преувеличений, сотни женщин. По крайней мере, десять из них забеременели от него, и ему пришлось устраивать им аборт. Но он всегда настаивал, что у него «здоровое и естественное» отношение к сексу».

### РЕЛИГИЯ

Время от времени вы встретите ПЛ со страстью к религии. Однако его ханжеское отношение маскирует полное отсутствие сочувствия к человеку. Он не прилагает никакого истинного усилия, чтобы излечить или помочь, или любить. Напротив, он использует религию, чтобы осуждать, останавливать, чтобы заставить людей почувствовать себя виноватыми.

### НЕ ИМЕЮЩИЙ ДРУЗЕЙ

Многие ПЛ заканчивают тем, что остаются одни и без друзей. Один мужчина так описал свою жену: «Она притворялась, что шутит, но она высмеивала людей. Казалось, что она никогда не была довольна, пока кто-нибудь не выходил из себя или обижался и больше никогда не приходил. Я годами наблюдал, как она избавляется от наших друзей».

Когда один или оба родителя подавляющие, их дети часто находят работу в других городах или женятся на ком-то, кто живет на другом краю страны. Конечно, дети также покидают и счастливые дома, но эти отпрыски остаются в контакте со своими родителями, и с радостью возвращаются домой. Однако, когда родитель ПЛ, сыновья и дочери уходят от общения и ужасаются при необходимости совершить визит «по долгу».

Не случайно Антисоциальная Личность кончает тем, что остается одна и без друзей. В документальном фильме о программе социального обеспечения показали телефонный разговор молодой женщины-просителя: «Мне пришлось получить письмо от моего отца о том, что он не будет поддерживать меня. Мне пришлось принести нотариально заверенное письмо от моего доктора и письмо от соседки, говорящее о том, что она больше не даст мне приюта. Она (работник социального обеспечения) говорит, что не может назначить мне встречу раньше понедельника. Что же мне делать в выходные? Она хотела, чтобы я пошла в какой-то приют. Мне это не нужно. Я не могу выносить этого - быть со всеми этими людьми. Ей наплевать. Всем наплевать. Я сказала ей, что у меня нет друзей. Я сказала, что мне некуда идти...»

### ПОСЛЕДНЯЯ ПОДСКАЗКА

Будьте готовы к тому, что ПЛ может выглядеть вполне нормально, говорить абсолютно разумно и даже быть чрезвычайно умным. Однако Антисоциальная Личность всегда пытается внушить идею о том, что все происходящее с вами немного глупо, возможно, неважно и без сомнения заслужено. С другой стороны, если вы (или другие) что-нибудь сделали ему, то это важно, очень серьезно и, более того, не может быть исправлено.

## ГЛАВА 6. КАК ПОДАВЛЕНИЕ ВЛИЯЕТ НА НАШУ ЖИЗНЬ?

В семье, бизнесе, классе, дружбе - жизненно важно, чтобы мы знали симптомы и методы подавления в качестве первого шага к тому, чтобы эффективно справляться с этой проблемой.

### ПЛ СОЗДАЕТ ОПАСНОЕ ОКРУЖЕНИЕ

*ПЛ абсолютно ненадежна и постоянно скрытым образом борется за то, чтобы другие были менее сильными и менее способными.*

*Л.Рон Хаббард*

*Технические Бюллетени Дианетики и Саентологии*

Один из способов, которым Подавляющая Личность ослабляет других, убеждает их, что их окружение опасно.

Это разрушает в человеке дух приключенчества. Как в свое последнее оборонительное сооружение жертва залезает в раковину, как улитка. Человек не будет пытаться осуществить новые идеи из страха потерпеть поражение. Он скорее откажется от возможности улучшить свою работу, чем станет лицом к лицу с неизвестностью. Он не просит девушку о свидании, ведь его могут отвергнуть.

### МОДЕЛЬ ПОРЯДОЧНОСТЬ/ЖЕСТОКОСТЬ

Некоторые ПЛ умышленно создают Американские Горки своим жертвам, непредсказуемо чередуя порядочность и жестокость. Как кошка играет с пойманной мышью, так она позволяет жертве небольшую свободу, а затем атакует. Подавленный человек, никогда не зная, чего ожидать, ступает тихо в постоянном страхе следующей вспышки.

Один актер описал работу с когда-то знаменитым комедиантом: «Его поведение было более изменчивым, чем тот балаган, который он устраивал перед камерой. Иногда он в гнев, а в следующую минуту он приглашает весь актерский состав поиграть с ним в волейбол. Он бесился, когда проигрывал или когда кто-нибудь осмеливался искать у него ошибки. Он считал себя экспертом во всем, что делал, но многие его действия заканчивались катастрофой.

Иногда он прерывал съемку и скрывался в своем личном трейлере. Никто не знал, когда он вернется. Но в тот момент, когда он возвращался, он ожидал, что все будут стоять так, как когда он их оставил, готовые к работе. Он кричал: «Шевелитесь! Вы что, идиоты, не можете понять, что мы выбиваемся из графика?»

Он держал людей вокруг себя в постоянном беспокойстве. Некоторые закончили или у психиатра, или язвой, или и тем и другим. Не думаю, что многие люди могут как следует работать, когда они никогда не знают чего ожидать.

Он был безжалостен с теми, кто был близок к нему. Потом он пытался искупить свою подлость, делая нам дорогие подарки».

### ОПАСНЫЕ ПРОФЕССИИ

Профессор из Беркли провела несколько лет, изучая 200 специалистов. Это были адвокаты для бедных, тюремные врачи, работники социального обеспечения, клинические психологи и психиатры психиатрической лечебницы, работники службы охраны детства и сиделки психиатрических заведений. Через определенное время такие люди «выдыхались». Она описывает: «... они часто не в состоянии справиться с этим постоянным эмоциональным стрессом, и происходит «истощение». Они теряют эмоциональные чувства по отношению к тем, с кем работают, и начинают обращаться с ними бесстрастным или даже бесчеловечным образом». «У социальных работников «истощение» может превратить творческого человека в ограниченного бюрократа-«автомата». «Истощение, - рассказывает она, - часто ведет к ухудшению здоровья. Специалист становится опустошенным, часто болеет и может страдать как от бессонницы, язв и мигреней, так и от более серьезных заболеваний. Некоторые тюремные охранники рассказывают о физических проблемах со спиной и шеей, хотя только некоторые

из них, кажется, осознают психосоматическую природу этих недомоганий. Для того чтобы справиться с этими физическими проблемами, работник может прибегнуть к транквилизаторам, наркотикам или алкоголю ... Далее, истощение связано с другими разрушительными показателями стресса, такими как алкоголизм, душевные болезни, супружеские конфликты и самоубийство ...»

Это довольно впечатляющий список симптомов Американских Горок.

## В СЕМЬЕ

*В распадающихся семьях, как правило, обнаруживается, что один из участников имеет такие черты характера.*

*Л.Рон Хаббард  
Введение в Саентологическую Этику*

Если существует хотя бы один отец или одна мать, которые никогда не подавляли своих детей, я хотела бы встретиться с этим эталоном родителей. Иногда мы просто утомляемся, становимся нетерпеливыми или изматываемся, и мы говорим или делаем подавляющие вещи. В других случаях мы должны остановить ребенка в целях его защиты, хотя в данный момент он редко понимает это.

Но не стоит вешаться из-за этих редких подавляющих действий. Дети хотят строгого контроля и руководства. Если ваши стремления продиктованы любовью, ваш ребенок осознает это и будет вам благодарен, когда вырастет.

По-настоящему подавляющие мать или отец жестоким обращением и постоянным принижением могут разрушить уверенность ребенка в себе почти до невозможности ее восстановления.

Тирания - только один вид родительского Подавления. Одну мою знакомую в детстве заставляли проводить лето с вечно ограждающей бабушкой, которая постоянно бубнила о необходимости «быть осторожной» - осторожной с товарищами по играм, внимательной к своей репутации, опасаться бактерий, осторожно носить вещи. Осторожно жить. Годы спустя девушка сказала мне: «Я чувствовала, что меня душат!»

Недавно одна девочка-подросток описала мне ситуацию, которая может быть умышленным или случайным введением в заблуждение: «Что вы скажете о родителе или начальнике, который никогда не показывает свое настоящее лицо и не говорит «нет»? Всегда: «Ты на самом деле не хочешь этого делать». Кажется, что они хотят, чтобы ты сама принимала решения. Через некоторое время ты чувствуешь, что на самом деле не хочешь ничего делать ... Ты начинаешь в это верить».

Многие родители непреднамеренно подавляют ребенка, не предоставляя ему его собственного пространства. Такое лишение пространства может сломить волю любого, молодого или старого. Каждому ребенку должно быть предоставлено его собственное пространство - место, где он является единоличным хозяином. Не убирайтесь там, не говорите ему, что с этим местом делать. Я всегда задавалась вопросом: ребенок, который вырастая становится вечным путником, это ли не тот, кто просто так и не нашел своего собственного безопасного пространства; он должен продолжать перемещаться.

Родители хотят безопасного окружения для своих детей, но физическое местонахождение это только часть его. Мы не должны упускать из вида менее осязаемые факторы влияния в окружении нашего ребенка. Даже одна ПЛ может непоправимо разложить душу и уверенность ребенка. Почти любой ценой стоит уберечь ребенка от этого.

Коварным видом родительского Подавления является мать или отец, которые слишком потакают, слишком сочувствуют. Когда родитель навязчиво дает что-то своему ребенку, ничего не прося взамен, этот ребенок легко может вырасти преступником, который всю оставшуюся жизнь будет продолжать требовать чего-то без обмена со своей стороны.

Мужья и жены часто плохо обращаются друг с другом. Это не обязательно означает, что кто-то из них истинная ПЛ. Мы по привычке вымещаем свое расстройство на самых близких. (Кто еще будет терпеть наше плохое настроение?) Если ни одна из сторон не принимает эти огрехи серьезно, хорошее общение обычно может исцелить любые остатки обиды.

## В БИЗНЕСЕ

*Когда мы отслеживаем причину развалившегося бизнеса, мы неминуемо найдем где-то в нем, на какой-то должности, Антисоциальную Личность за работой.*

*Л.Рон Хаббард  
Введение в Саентологическую Этику*

Джун казалась такой уверенной, что я предположила, что она знающий человек. Она посещала колледж, работала часть времени в библиотеке и всегда казалась занятой и деятельной. Когда как-то летом она попросила меня взять ее на работу, я наняла ее для помощи в моем маленьком бизнесе.

Вскоре, я думала, что схожу с ума. В моем офисе был постоянный беспорядок, и мы ежедневно получали жалобы от клиентов. Простые задания выполнялись в три раза медленнее. Несмотря на беспокойную активность, работы выполнялось меньше.

Хотя я ничего не знала о ПЛ в то время, я начала задаваться вопросом. Несомненно, что-то было не так. Потом я поняла. Беспорядка не было до прихода Джун.

После того как я дала ей от ворот поворот, я изумилась, как быстро непринужденная высокая производительность вернулась в нашу маленькую организацию. Разобравшись со всеми испорченными заказами и ошибками в записях, я обнаружила, к своему изумлению, что теперь мы можем выполнять в два раза больше без этой «помощи» моей бывшей сотрудницы.

Если дела в компании начинают идти плохо, она теряет продажи, путаются заказы, замедляется производительность, руководство должно изучить статистики каждого отдела и сузить область, причиняющую неприятности. При первом исследовании может оказаться, что каждый сотрудник этого отдела некомпетентен и должен быть заменен. Однако проблемы могут исходить только от одного человека - Подавляющей Личности.

Когда вы столкнетесь с ПЛ в бизнесе, ждите вопиющей непорядочности, ложных заявлений, скрытых неприятностей и грубых искажений. Этот разрушитель бизнеса может также утаивать и поощрять неэтичное поведение других.

Настоящий источник подавления иногда находится вне организации. Бухгалтер может обалдеть, пытаясь справиться с подавляющим налоговым инспектором. Руководитель завода может иметь трудности, пытаясь удовлетворить государственных инспекторов, которые навязывают запутанные и двусмысленные правила безопасности. Вице-президент может сдать, пытаясь иметь дело с районным советом. Руководитель может заработать язву, пытаясь угодить подавляющему профсоюзному лидеру. Снабженец может быть загнан в угол поставщиком-ПЛ.

Недавно мой друг купил новые очки. После долгого ожидания доставки, ему понадобилось еще три дополнительных визита к оптику, чтобы заменить треснувшие линзы и испорченную оправу. В общей сложности прошло шесть недель прежде, чем очки были готовы. В один из своих визитов он узнал причину задержек и плохого качества работы.

«В последнее время лаборатория делает огромное количество ошибок, - отметил оптик. - Такое впечатление, что я половину времени провожу с пациентами, которые возвращают неисправные очки. Моя жена говорит, что со мной на днях случится нервный срыв».

«Проблема, - сказал доктор, - в том, что во время последнего экономического спада, лаборатория уволила большое число сотрудников. К сожалению, они уволили более старых и опытных и оставили новичков, которые не знают, что делают. Теперь, они попали в такие неприятности, что пытаются вернуть свой более опытный персонал».

Почти нет сомнения в том, что начальник лаборатории либо сам ПЛ, либо находится под сильным влиянием ПЛ, и в том, что и работа оптика, и его душевное здоровье находятся в опасности из-за такого подавления.

## ОБРАЗОВАНИЕ

Начиная ходить в школу, дети почти всегда полны энтузиазма и желания учиться. Однако слишком часто они вскоре начинают ненавидеть классную комнату. ПЛ во многом ответственны за такую перемену в отношении образования.

Антисоциальный преподаватель подавляет множеством способов. Он делает предмет скучным и непривлекательным, он пренебрегает объяснением применения этого предмета (так, ученик не видит никакой связи между тем, что он вынужден изучать, и навыками, которые ему потребуются в жизни),

он пропускает начальные уровни и таким образом запутывает ученика, он не проясняет непонимания, он принижает ребенка. Под таким давлением многие ученики застревают на раннем этапе и так никогда и не нагоняют.

Большинство преподавателей - Социальные Личности с благими намерениями, но им часто мешает обязанность использовать подавляюще написанные учебники (слишком сложные, с неверными определениями, пропущенными важными материалами).

Теперь, когда я решаю заняться изучением нового предмета, я беру три-четыре книги по данному предмету и выбираю написанную наиболее понятно. Всегда случается так, что хотя бы одна из них будет написана ПЛ. Разница между ними потрясающая!

Обучение - это чувствительный процесс. Предмет должен быть представлен хорошо, так, чтобы студент мог постигнуть его. Однако когда у нас возникает проблема с обучением, мы скорее усомнимся в нашей собственной способности, чем заподозрим, что причина может быть в качестве обучения. Умный ПЛ может легко заставить студента почувствовать себя глупым, и такая мысль об умственной неспособности может досаждать жертве всю оставшуюся жизнь. С другой стороны, я видела много людей, которые, освободившись от своей идеи «Я - тупой», восстановили уверенность в себе и вновь обрели способность учиться.

С другой стороны, всегда существует вероятность, что Подавляющей Личностью в классе является студент, а не преподаватель. Если учитель чрезмерно озабочен или расстроен каким-то студентом, он должен заподозрить, что этот нарушитель спокойствия на самом деле пришел сюда не учиться, а причинить как можно больше вреда. Попытки побудить ПЛ учиться могут завести в тупик, подорвав вашу силу духа.

## В ВАШЕМ СООБЩЕСТВЕ

Одним из ПЛ в жизни многих из нас является безымянный, невидимый преступник, который удерживает нас от выхода вечером на улицу, запугивает нас настолько, что мы устанавливаем многочисленные замки, который заставляет нас бояться за безопасность наших маленьких детей. Что мы можем с ним сделать? Мы не знаем, кто он, мы не знаем, где и когда он может нанести удар.

Газеты сообщают нам, что преступность растет. Значит ли это, что каждый незнакомец, встречающийся нам на улице, это уличный грабитель или взломщик? Когда недавно ФБР компьютеризировало свои картотеки, открылась вот такая поразительная картина. Соединенные Штаты служат приютом примерно 550 000 тысячам профессиональных преступников, которые не проявляют большой склонности к перемене своего образа жизни. Данные о раскрытии только тяжких уголовных преступлений обнаруживают, что на долю этих профессиональных преступников приходится 81 процент всех взломов и 68-77 процентов изнасилований, уличных грабежей, ограблений, угонов машин и разного вида подделок.

Эта ошеломляющая статистика говорит о том, что улицы не «заполнены преступниками». Напротив, сравнительно немногие совершают преступления снова и снова.

Несколько городов сформировали «отдел профессиональных преступников», чтобы вычислять этих закоренелых рецидивистов и помогать в их судебном преследовании. Результаты самые воодушевляющие. Со времени открытия отдела в районе Бронкс в Нью-Йорке там снизилось количество ограблений супермаркетов с 31 до 3 в месяц. И за год действия в Хьюстоне «программы закоренелых преступников» количество ограблений впервые за последние 22 года сократилось на целых 24 процента.

Это закоренелые ПЛ. И кое-что может быть сделано в отношении них.

## В ИСКУССТВЕ

Концепция Антисоциальной Личности отнюдь не безызвестна нашей культуре. Она [Антисоциальная Личность] изобличается в романах, пьесах, фильмах и бесконечных телевизионных драмах. Это улыбающийся порочный любовник, крутой наемный убийца, бесчестный политикан, интригующий общественный деятель, магнат, ведущий темные дела, продажный полицейский, сумасшедший ученый, который планирует править всем миром, тихий извращенец, красивая подлая соблазнительница, торговец наркотиками, вор. Злодей или злодейка. Даже в своих веселых комиксах

Чарльз Шульц показывает ПЛ в соседке Чарли Брауна Люси. Она однажды приветствует его: «Ну, так это же Чарли Браун! Добрый старый нерешительный Чарли Браун». И в другой раз: «Привет, Чарли Браун. Это твоя голова или ты прячешься за воздушным шаром?».

Если бы только ПЛ можно было оставить в студии – если бы только они были вымыслом - люди искусства вели бы более счастливую жизнь. Однако, к сожалению. Торговцев Хаосом особенно привлекают творческие люди - художники, писатели, музыканты, актеры, актрисы, режиссеры и продюсеры. Они пробиваются в области, близкие к людям искусства. Затем эти вампиры могут впитывать часть восхищения, выраженного самому художнику. Мы можем найти их среди тех, кто работает с творческими людьми, и среди прихлебателей.

Каждый талантливый человек должен внимательно проверить своих партнеров. Используя положение, приближенное к творческому человеку, Антисоциальная Личность начинает свою коварную кампанию по разрушению. Как советник она порекомендует неправильные действия. Как человек, ведущий денежные дела, она сделает невыгодные вложения, растратит деньги или перекачает их в свои карманы. Как друг или любовник она попытается подорвать уверенность в себе. Если ее подавляющие действия раскрыты, она убежит, обычно настолько театрально и разрушительно, насколько возможно.

«Темперамент художника» может быть не чем иным, как американскими горками.

Известный певец и актер недавно завел новую подружку. Она настолько вскружила ему голову, что смогла убедить его сделать несколько коренных изменений.

Она убедила его, что ему нужно изменить свой внешний вид - стиль одежды, прическу и т.п. Его новый вид не придал ему привлекательности, и его друзья и поклонники выразили протест.

Она также убедила его позволить ей стать продюсером его нового альбома. В ходе записи она добилась, чтобы он пел песни в другом стиле. Альбом выпустили, и он провалился.

Несмотря на то, что на его счету было много успешных фильмов, она убедила его пойти в актерскую школу.

У них бурные отношения. Иногда он в гневе выходит из себя и выгоняет ее. Но, к сожалению, они сходятся снова.

К настоящему времени она обесценила его внешний вид, манеру исполнения, актерскую игру и его выбор в музыке. И это все при том, что он является одним из самых успешных эстрадных артистов страны. Каждый может дать плохой совет, но только ПЛ последовательно рекомендует отказываться от успешных действий.

Если артист каким-то чудом освобождается от Торговцев Хаосом в своем окружении, он, несомненно, встретит одного или нескольких в средствах массовой информации. Когда человек становится популярным, он уже больше не способен передвигаться свободно, не испытывая бесконечных домогательств со стороны репортеров, многие из которых бесцеремонно вторгаются в его частную жизнь, задавая личные вопросы или делая оскорбительные домыслы. Некоторые наслаждаются, беспощадно травя звезд. Разве удивительно, что иногда знаменитость теряет терпение из-за такого стресса и набрасывается - устно или физически - на репортера или фотографа?

Большое число критиков - ПЛ. Один известный литературный критик, покойный Александр Вулкот, мог уничтожить новую пьесу одним росчерком пера. Он нагло напрашивался на враждебность, указывая в начале статьи вечерние представления спектаклей, которые он только что раскритиковал. Затем он продолжал хвастаться, как «только что стер кровь». Более того, он однажды похвалился: «Если меня найдут мертвым, с кинжалом, торчащим из груди, на следующее утро три сотни актеров должны будут быть арестованы по подозрению в убийстве».

## ГЛАВА 7. МОЖЕМ ЛИ МЫ ПОЗВОЛИТЬ СЕБЕ ИГНОРИРОВАТЬ ПОДАВЛЕНИЕ?

Никто из нас не свободен от подавления. Если мы не знакомы с ПЛ лично (что маловероятно), то мы наверняка знакомы с какой-нибудь ее жертвой.

Человек, который ездит по американским горкам, если мы вынуждены жить или работать с ним, представляет для нас потенциальную неприятность. Он часто несчастен и расстроен. Он совершает ошибки; его честолюбие атрофировано; он ненадежен и нерешителен; он подвержен несчастным случаям или болезням.

Нам нужно дважды подумать (или даже трижды), прежде чем позволить такому эмоционально нестабильному человеку давать нам финансовые советы, проводить хирургическую операцию на сердце или обучать нас летать на самолете. Если жертва подавления не будет ничего предпринимать по отношению к ПЛ, которая разрушает ее жизнь, она, в конце концов, погибнет.

### ПОЧЕМУ ЧЕЛОВЕК ЯВЛЯЕТСЯ ПЛ?

Никому из нас не легко поверить, что человек имеет злобные намерения. Почему личность делает выбор быть подавляющей?

Каждый человек сам по себе, в своей основе, хороший. Но Подавляющая Личность не является самой собой. Где-то в своем прошлом ПЛ стала глубоко убежденной в том, что единственный способ выжить - это относиться к другим, как к врагам. Она действительно подавляет осознанно. Однако, и это важно для нашего понимания, она не считает свои действия злобными или разрушительными. Для нее такое поведение естественно; это единственный способ жить в этом мире. Она чувствует себя правой и справедливой.

Милтон сердится на своего шумного сына и шлепает его. Позже он сожалеет о том, что потерял самообладание; он клянется в будущем быть более терпеливым. В противоположность ПЛ бьет своего ребенка и оправдывает свои действия: «Это единственный способ справиться с детьми. Они всегда слишком много себе позволяют. Им нужно показывать, кто здесь хозяин». И Милтон, и ПЛ знали, что они делали, но лишь умственно здоровый человек чувствует раскаяние за свои случайные подавляющие действия.

Сравните точку зрения ПЛ с точкой зрения кошки, играющей с мышью. Кошка знает, что она делает, но она не считает свои действия злобными. Мы считаем, мы называем это жестокостью. Но кошка - это охотник, плотоядное животное; игра с мышью это для нее естественный инстинкт выживания. С другой стороны, ПЛ не проявляет естественных выживательных действий, когда она автоматически подавляет, но ОНА ДУМАЕТ, ЧТО ЭТО ТАК. Только мы, со стороны, понимаем, насколько неоправданно жестокими являются действия ПЛ.

*БЕЗУМИЕ - ЭТО СКРЫТОЕ ИЛИ ОТКРЫТОЕ, НО ВСЕГДА СЛОЖНОЕ И ПОСТОЯННОЕ СТРЕМЛЕНИЕ ВРЕДИТЬ ИЛИ РАЗРУШАТЬ.*

*Л. Рон Хаббард*

*Технические Бюллетени Дианетики и Саентологии*

ПЛ не просто злобный человек. Она безумна. Однако ее психическое состояние в большинстве случаев не обнаруживается, потому что она не проявляет необычного и бросающегося в глаза поведения, из-за которого людей отправляют в учреждения для душевнобольных. Возможно, ее нельзя признать невменяемой согласно современным представлениям в этой области, однако злобные действия ПЛ, облаченные в нормальность, довели многих ее жертв до подобных учреждений. Так кто же более безумен? У нас долгое время не было адекватного определения разумности, чтобы ответить на этот вопрос.

Однако Л. Рон Хаббард впервые дал точное определение разумности. Самый разумный человек - это тот, кто своими собственными действиями вносит вклад в свое выживание и выживание каждого, кто с ним связан. Он строит, создает, решает проблемы, тот, кто действует для улучшения условий жизни. Чем он более разумен, тем большему количеству людей он помогает.

Теперь, как далеко можно зайти в обратном направлении? Безумный человек, своими действиями



причиняет разрушения тем, кто с ним связан. Он представляет угрозу для выживания каждого в его окружении.

Таким образом, безумие это более странное и необычное поведение. Безумный человек приносит разрушение по всем фронтам. Вместо того, чтобы повышать, он подавляет выживание.

*Основной характеристикой крайнего безумия является постоянная атака, атака на что угодно, атака на людей или вещи, которые не представляют собой никакой угрозы.*

*Л. Рон Хаббард  
Серия Управления Организацией*

Нам нет необходимости ненавидеть ПЛ, но мы можем понять ее и мотивы, которые движут ею. Понимание подавления не означает, что мы оправдываем его. Мы не настолько глупы, чтобы ласкать бешеную собаку; мы знаем, что она будет без разбора бросаться на каждого в пределах ее досягаемости. Аналогично, мы должны обращаться с Подавляющей Личностью таким образом, чтобы сначала обезопасить себя и других.

### СКЕПТИКИ

Некоторые люди не поверят, что существует такая штука, как Подавляющая Личность. Любой, кто так считает, сам полностью подавлен. Когда-то давно он пытался сопротивляться, но сдался. Чтобы сохранить хоть какое-то человеческое достоинство, он решил сделать себя слепым по отношению к злу в этом мире и видеть только «хорошее».

Дела М-ра Франклина то шли в гору, то спадали, как йо-йо [детская игрушка - мячик на резинке, прыгающий вверх-вниз], пока он не открыл свою компанию по производству косметики. Его новый бизнес процветал, пока однажды его главная слабость не принесла ему поражение: он поддерживал совершенно слепую веру в честность и преданность тех, кто работал на него. Когда он стал получать предостережения, что некоторые из руководителей филиалов занимались незаконными операциями, он не мог представить себе, что кто-либо из людей, которым он доверял, стал бы сознательно подвергать риску компанию, которая всем им приносила богатство. Несмотря на повторяющиеся предостережения со стороны его бухгалтеров и адвокатов, он продолжал давать второй, третий и четвертый шансы своим служащим. После серии обвинительных актов о мошенничестве, штат за штатом запретил деятельность его компании. Высокие выплаты юристам, закрывающиеся филиалы и неблагоприятная известность ускорили банкротство его компании. Опять же его слепая вера оставила его без денег.

### ДОЛГОВРЕМЕННОЕ ПОДАВЛЕНИЕ

Удивительно, но люди, долгое время находящиеся под подавлением, ищут ПЛ, чтобы на них работать, помогать им, брать их на работу или влюбляться в них. Они могут принимать жалкие - даже опасные - жизненные и рабочие условия. (Вы когда-нибудь задумывались, почему некоторые люди продолжают жить в местах, которые почти каждый год подвергаются наводнениям?) Такие люди настолько долго находятся под подавлением, что не могут себе представить другой жизни. Действительная ПЛ может присутствовать в настоящем или в прошлом, но, в любом случае, она оставила глубокие раны в душе своих жертв в виде прочной убежденности их в том, что они никчемны, неспособны и безнадежны.

Журналистка Энн Ландерс посоветовала одной женщине уйти от мужа, который ее бил. Другая сломленная женщина написала в качестве опровержения такое письмо: «Вы сказали, что женщина, которая остается с мужчиной, который ее бьет, больная. Ваш совет доказывает, что вы не представляете, какова жизнь жены, которую избивают. Что ж, я могу вам сказать. Это ад! Та женщина, которая написала это письмо, по крайней мере, заставила своего мужа обратиться к психиатру. Большинство мужчин к нему не идут. Они не видят ничего плохого в том, что делают. Вы говорите: «Уйдите!» Как она может уйти, когда идти некуда?

Возможно, вы думаете, что «всегда есть куда уйти», но вы ошибаетесь.

Люди, у которых не было подобного опыта, не могут себе представить, какова жизнь избиваемой

жены. В этой стране больше делается для помощи обиженным животным, чем женщинам. Вы звоните в полицию, и парня арестовывают. Через несколько часов он на свободе - взбешен как сумасшедший. Он идет домой и снова избивает свою жену.

За десять лет, что мы женаты, меня избивали десятки раз, часто при детях и без всякой причины, за исключением случаев, когда я поздоровалась с мужчиной на улице или приготовила ужин, который не понравился моему мужу.

Я смирилась со многими подобными вещами, потому что я в западне....»

Эта женщина без сомнения была подавлена кем-то задолго до того, как она встретила своего мужа, который продолжает делать ей одолжение, оказывая дальнейшее подавление.

### КАК НАСЧЕТ ВАС?

Прочитав о характеристиках ПЛ, вы, возможно, решили, что являетесь одной из них. Подобные угнетающие мысли приходят на ум многим из нас. Без сомнения мы время от времени СОВЕРШАЕМ подавляющие поступки. Однако, если вы сожалеете о своих прошлых поступках, вы не ПЛ. Антисоциальная Личность не чувствует сожаления. Она не может позволить себе самокритику. Она даже никогда не задумывается над этим. Она знает, что она разумна.

И, как ни странно это может показаться, **ИМЕННО ХОРОШИЕ ЛЮДИ ИМЕЮТ БОЛЕЕ ГЛУБОКОЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О ЗЛЕ.**

### МОЖНО ЛИ СДЕЛАТЬ ЧТО-НИБУДЬ ДЛЯ ПЛ?

Когда мы впервые узнаем об Антисоциальных Личностях, большинство из нас тут же задается вопросом, можно ли что-нибудь сделать для них.

Иногда сильное воздействие, например, публичное разоблачение и приговор или тяжелая потеря может выбить ПЛ из ее разрушительной драматизации (неосознанное, подсознательное проигрывание в настоящем времени информации, содержащейся в происшествии в прошлом и связанным с болью или потерей сознания. При драматизации человек ведет себя как актер, действующий по указаниям суфлера, совершая последовательность иррациональных поступков). Она может искренне раскаться и сожалеть о своих деяниях.

Возможно, она будет искать какой-нибудь способ загладить вину.

Если ПЛ готова получить помощь и готова применить к себе дисциплину, ей можно помочь при помощи Саентологической консультации. Возможно ли уговорить ее принять такую помощь (а не просто сделать вид) - это вопрос, на который я не могу ответить.

Помощь существует, но принимать ли ее - человеку решать самому. Он должен хотеть измениться. При его сотрудничестве, это можно сделать.

Кстати, а что мы можем сделать, чтобы помочь самим себе?

## ГЛАВА 8. ЧТО ДЕЛАТЬ ПРИ ПОДАВЛЕНИИ

Если вы еще не собрали свой рюкзак и не отправились в горы, то вы, должно быть, хотите узнать, как справляться с проблемой подавления.

### ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПРИЗНАКОВ ПОДАВЛЕНИЯ

Первый шаг - это увидеть, что люди испытывают эмоциональные спады и подъемы. Они часто необъяснимо болеют, совершают бессмысленные ошибки, страдают от различных обстоятельств, когда теряют способность смеяться и шутить.

Иногда вы обнаружите полный «карман» подавленных людей - целая семья, отдел, класс или организация. В центре этого хаоса, естественно, вы найдете ПЛ.

### ОБНАРУЖЬТЕ ПЛ

Изучите характеристики Антисоциальной Личности так, чтобы вы могли распознавать их во всех вариациях. Если вы заметили в человеке одну или несколько подавляющих черт, ищите остальные.

Как только вы безошибочно определите ПЛ, на ум может быстро прийти одно решение.

К сожалению, оно незаконное.

### ЧТО ПРЕДПРИНЯТЬ

В ответ на подавление существуют три основных решения:

1. Как можно реже встречаться с ПЛ.
2. Заставить ПЛ прекратить подавление.
3. Стать неуязвимым по отношению к подавлению.

Какое решение мы выбираем и как его осуществляем, зависит от глубины наших отношений с Антисоциальной Личностью и от того, чего мы хотим добиться. Имея дело с любой конкретной ПЛ, мы должны сначала ответить на вопрос: чего я хочу добиться?

### НАБЛЮДАЙТЕ

Самый легкий, простейший способ обращения с Антисоциальной Личностью состоит в простом распознавании того, что она делает, в то время как она это делает. Это мысленное распознавание, и оно эффективно, только когда ваши отношения поверхностные.

Мой друг Карл как-то пожаловался мне на свою старшую сестру, которая постоянно требовала, чтобы он ее навещал. Карл откладывал эти визиты до тех пор, пока совесть не вынуждала его идти. «Она жалкая, старая склочница, - говорил он мне. - Мне всегда нужно несколько дней, чтобы восстановиться после визита к ней. Я по-настоящему боюсь ходить к ней. Я не знаю, почему».

Кратко, я описала Карлу Подавляющих Личностей. Он тут же просветлел. «Эй, вот оно что, - взволнованно сказал он. - Моя сестра одна из этих ПЛ. Никаких сомнений».

Он спросил меня, что ему нужно делать. «Это зависит от того, чего ты хочешь добиться...», - начала я.

«Ты знаешь, - он прервал меня с задумчивым видом, - не думаю, что мне нужно что-то делать. Просто знание того, что ожидать, кажется, все для меня проясняет. Достаточно просто знать, что она делает. А я-то начинал уже думать, что со мной что-то не в порядке! Я думаю, что она больше не будет меня беспокоить».

ПЛ - мастер заставлять нас чувствовать, что мы виноваты, когда расстраиваемся из-за ее жестокости. Она искусно маскируется и предпочитает, чтобы мы сомневались в своей разумности, а не в ее. Когда мы заранее понимаем игру ПЛ, мы определяем ее как Подавляющую и перестаем обвинять себя за несуществующие недостатки своего характера.

Таким образом, иногда достаточно просто понимать подавление.

## ВРЕМЕННОЕ ОБЛЕГЧЕНИЕ

Американские Горки, как мы упоминали раньше, часто являются причиной бессонницы, как результат эмоционального и умственного истощения.

Если вы страдаете от случайного подавления (совпавшего с редким визитом дорогой старенькой Бабушки Клоббер), вы можете получить немедленное облегчение, занявшись физическими упражнениями. Велосипед, бег, теннис, танцы, плавание. Займите себя какой-нибудь деятельностью, которая истощит вас физически.

## ИЗМЕНИТЕ ОСНОВУ ОТНОШЕНИЙ

Иногда ПЛ настолько подавляет нас, что единственное эффективное решение - это видеться с этим человеком как можно реже.

Если нас постоянно преследует и расстраивает какой-то человек, и если мы уверены, что не можем дать отпор, лучше всего организовать нашу жизнь таким образом, чтобы иметь немного или вообще не иметь дел с этим человеком.

В некоторых обстоятельствах подобное средство не проблема. Лично я большую часть времени избегаю таких людей. Я не хожу к ним и не приглашаю их к себе. На самом деле теперь-то, когда я лучше осведомлена, я с самого начала не завожу себе друзей и не начинаю бизнес с подавляющими людьми.

Однако иногда оставаться вне общения с ПЛ не так легко. Мы можем экономически зависеть от начальника, который может подвергнуть опасности будущее трудоустройство, разрушив нашу репутацию. Мы можем быть эмоционально сильно привязаны к человеку и беспокоиться о том, чтобы не причинить ему или ей вред. Часто мы чувствуем себя виноватыми в том, что сделали этому человеку в прошлом, и эти чувства всплывают, как призраки, и парализуют нас, когда мы пытаемся уйти.

Вот что рассказал один мужчина: «Мне ничего не остается, как только похвалить людей, у которых хватает духа оставить «не ту жену» и «не ту мать» несмотря на то, что говорят семья и друзья.

Как я хотел бы, чтобы у меня тогда хватило силы воли сделать это. Все эти 22 года я знал, что это ужасный брак. Но я слушал всех этих «добродетелей человечества», которые все советовали мне думать прежде всего о детях.

Сейчас мои дети выросли и живут самостоятельно. Мы вообще их не видим. Я один со своей жалкой особой женского пола.

Ей 44 (выглядит на 64), холодная и занудливая. Ее друзья и семья близко к нам не подходят, потому что они терпеть не могут ее общества. Теперь я в ловушке. У меня слабое сердце и высокое кровяное давление. Я не мог спорить. Она никогда не давала мне спуска. Весьма прискорбно, что я не ушел, когда у нее еще была ее красота, а у меня - мое здоровье».

Сражаться с Подавляющей личностью является отнюдь не легким делом. Иначе, мы бы не были с самого начала так ею подавлены.

Когда мы связаны с ПЛ, каждая линия связи, будь то эмоциональная, финансовая, семейная, образовательная или общественная, это широкая улица уязвимости. По каждой из этих областей отношении нам могут нанести вред - достаточно тяжелый, чтобы вызвать у нас Американские Горки. И от нас зависит, какие придумать способы, чтобы изменить эти отношения, где это возможно, таким образом, чтобы ПЛ имела меньшее влияние на нас.

Простое изменение нескольких обстоятельств может убрать массу подавления из нашей жизни. Это может повлечь за собой выбор новых соседей за обедом или приглашение совершенно другой группы людей на покер в субботу вечером. Измените ваши привычки или заведенные порядки, чтобы исключить насколько можно Антисоциальную Личность. Если вы вынуждены время от времени иметь с ней или с ним дело в офисе, классе или местной пиццерии, вы можете сократить ваши встречи.

Когда я впервые встретила Джорджа, у него постоянно были американские горки. Он часто страдал жестокими простудами, и ему досаждала аллергия. Он чрезвычайно переживал из-за своего бизнеса. Однажды, после продолжительного разговора, я поняла, что его деловой партнер был источником большей части его беспокойств. Партнер, очевидно, был ПЛ, и Джордж недавно обнаружил, что он ловко воровал деньги с их совместного счета.

«Должен ли ты оставаться с ним?» - спросила я.

«О да, я должен. Мы потратили восемь лет, создавая наше дело. Было бы самоубийством бросать это сейчас. И я не могу себе позволить выкупить его долю».

«Есть ли какой-нибудь способ иметь с ним поменьше дел?»

Спустя несколько минут размышлений, Джордж просветлел и улыбнулся.

«Да, есть». Оказалось, что их бизнес был разделен на две точные категории: Джордж ведал промышленным страхованием, а его партнер управлял только личным страхованием.

Так как в настоящее время они строили новое здание для офиса, Джордж понял, что здание можно разделить на два отдельных офиса, совместно используя только коридор.

Он дал задание бухгалтерам пройтись по книгам и создать две отдельные бизнес-структуры.

Когда я разговаривала с Джорджем несколько месяцев спустя, он был чрезвычайно доволен новой организацией дел.

«Ты себе не представляешь, какие изменения это внесло в мою жизнь. Я чувствую себя так, как будто с меня сняли огромную массу. Я неделями его не вижу. Иногда я разговариваю с ним по телефону. Но теперь, когда он не связан со мной финансово, я вижу, что он больше не подавляет меня».

## БРОСАЯ ВЫЗОВ ПОДАВЛЯЮЩЕЙ ЛИЧНОСТИ

Пока вы не боретесь в ответ, вы представляете собой прекрасную игру для Антисоциальной Личности; она будет продолжать надоедать и делать жалкой вашу жизнь. С другой стороны, если вы даете ПЛ знать, что вы больше не намерены быть запуганными - то есть вы будете сопротивляться - она обычно отступает.

Несколько лет назад, после выступления в Лос-Анджелесе, я познакомилась с молодым человеком, который рассказал мне, что он посещает школу парикмахеров. Ему нравится его работа, сказал он, но один из студентов, гомосексуалист, постоянно делает замечания личного характера и пристает к нему. Херб не был заинтересован, о чем и сказал ему. Однако он продолжал докучать Хербу, а когда получал отпор, он делал коварные, обесценивающие замечания о Хербе другим студентам. Эти нападки настолько расстраивали Херба, что он думал бросить школу. «Этот парень бесит меня. Я не знаю что делать. Меня это так достает, что утром я не хочу идти в класс. Можете ли вы мне что-нибудь посоветовать?»

«Да, - сказала я. - Не подавляй свои эмоции. Пусть он точно знает, что ты чувствуешь».

«Это здорово! Я все сдерживаю свой гнев, который чувствую по отношению к этому парню. Я думал, что срываться на нем - это неправильно. Большое спасибо».

Не прошло и года, как во время своего очередного визита в Лос-Анджелес, я вновь встретила Херба и поговорила с ним. Он напомнил мне наш прошлый разговор. Я спросила: «Чем закончилась эта ситуация?»

«Вы посоветовали мне не сдерживать свои эмоции. И я последовал вашему совету. На следующий же день этот парень что-то мне сказал. Я схватил его за грудки и пообещал вытрясти из него дух. Я сказал ему, что если он когда-нибудь снова затеет эту игру или скажет что-нибудь про меня, я отправлю его в госпиталь».

Херб засмеялся и продолжил, «Я просто хотел вас поблагодарить. Позже я узнал, что он постоянно надоедал многим другим из группы. Они презирали его, но никто не знал, что делать. Они были так благодарны мне за то, что я обуздал подавление этого парня! После этого ни у кого с ним не было никаких проблем. Спустя некоторое время он вообще ушел. Подумать только - а ведь я хотел оставить школу!»

Для контраста нет необходимости иметь тяжелые кулаки.

Выступая или проводя семинары, я часто сталкиваюсь с Торговцами Хаосом среди моей аудитории.

Они задают коварные вопросы с целью обесценить меня или предмет, о котором я говорю.

Я справляюсь с таким нападением, отвечая в непринужденной манере с небольшой долей юмора, что заставляет смеяться аудиторию.

Однажды, проводя семинар на выходных, я давала правильные ответы на краткий экзамен, когда один мужчина в первом ряду подверг сомнению один из ответов. «Нет, - категорично сказал он. - Я

понимаю этот ответ, как...»

Он скорее говорил мне, а не спрашивал.

Так как это был четвертый раз, когда он прерывал меня подавляющими замечаниями, я ответила: «О, я думаю, что должна записать вас как мою первую стопроцентную ошибку». Все засмеялись. Быть осмеянным гораздо более нетерпимая вещь для ПЛ, чем для большинства из нас. Он немедленно заткнулся.

При подобных обстоятельствах я не атакую ПЛ слишком серьезно, так как это может расстроить остальную часть аудитории - и таким образом ПЛ достиг бы своей разрушительной цели.

### НАЗЫВАЙТЕ ТО, ЧТО ОНА ДЕЛАЕТ

Минимизировать воздействие Торговца Хаосом помогает определение каждого подавляющего действия, как только оно происходит. Когда он говорит обобщениями, спросите его: «Кто конкретно это сказал?» Если он пытается каким-либо способом лишить вас уверенности в себе, определите его намерение как таковое и откажитесь принимать его. Определяйте точно все, что он делает. В большинстве случаев Подавляющая Личность отступит, если ее конкретные действия незамедлительно называются. Она обнаружена.

Однажды я ходила в одну дискуссионную группу, где мы всегда наслаждались живыми, творческими беседами до тех пор, пока наши встречи не начала посещать ПЛ. Веселый дух нашей группы вскоре рассеялся. Однажды вечером направляясь на встречу, мы с моим попутчиком обсуждали эту проблему. Мы решили, что не позволим больше ПЛ вести свою игру. Сегодня мы будем атаковать каждое подавляющее общение.

Подавитель провел ужасный вечер. Мы оспаривали его обобщения, требуя конкретизировать. Мы перехватывали его искаженное общение и исправляли его. Мы указывали ложные цели, когда он упоминал их. Мы прерывали его критические замечания и перекрикивали его. К моему удивлению, члены нашей группы присоединились к нам, как будто у всех на уме было одно и то же. Позже я узнал, что несколько других людей из нашей группы тоже решили в этот вечер уничтожить ПЛ. Кстати, он больше не приходил.

### ОТСТУПЛЕНИЕ

Иногда стратегия отступления лучше послужит вашей цели, чем атака.

Моя подруга, Линда, пришла расстроенной к назначенному завтраку. «О, этот мой начальник», - вздохнула она садясь.

Линда переезжала в другой город, где она подыскала новую работу. Она планировала послать извещение на свою теперешнюю работу, как только сделает все приготовления. Однако, к ее неприятному удивлению, ее будущий начальник обратился к ее теперешнему начальнику за рекомендациями. Ее нынешний начальник был взбешен (это было почти хроническое его состояние); он обвинил ее в обмане, неблагодарности, невнимательности и предательстве. Она пыталась все объяснить, но он отказался слушать.

«Я должна встретиться с ним снова сегодня в полдень, - сказала она мне. - Что мне делать? Он не будет меня слушать!»

«Чего ты хочешь добиться? Ты хочешь, чтобы он переменял о тебе свое мнение или просто оставить его?»

После глубокого раздумья она ответила: «Я знаю, что он не изменит свое мнение. Он никогда не менял своего мнения ни о чем с тех пор, как я стала работать на него. Я думаю, что я просто хотела бы оставить его».

«Хорошо. Тогда сделай его правым», - предложила я.

«Как?»

«Скажи ему, что тебе жаль. Скажи ему, что ты действительно беспечная, невнимательная и эгоистичная. Помни, что ты не меняешь свои планы. Он не ожидает этого от тебя. Просто согласись с ним. Если это его не успокоит, есть одна последняя вещь, которую ты можешь сделать».

«Что это?»

«Посмотри на него и спроси: «Что я могу сделать, чтобы исправить это?» Он, возможно, скажет

«ничего», но это остановит его атаку».

Позже она позвонила мне. «Это сработало именно так, как ты и говорила. На самом деле, после того как я спросила его, что я могу сделать, чтобы исправить это, он действительно сказал «ничего» и прекратил критиковать меня. Весь оставшийся день он вел себя прилично».

Я не защищаю идею, что вы должны делать из себя коврик для вытирания ног, но могут быть случаи, когда быстрое отступление даст вам немедленное разрешение ситуации.

### ПРИТВОРНАЯ КАПИТУЛЯЦИЯ

Вот один смешной вариант. Определите скрытое намерение за словами, которые говорит ПЛ, и скажите их в форме притворной капитуляции.

Я с энтузиазмом описывала свой новый проект Кирку, когда он прервал меня: «Но, моя дорогая, на это уйдут годы!»

«Ты прав, - немедленно ответила я. - Я оставлю это».

«Нет, нет. Я не имел это в виду. Не пойми меня неправильно. Я просто...» Он быстро дал задний ход. Это было концом его попыток лишить меня уверенности.

### ДИСЦИПЛИНА

Иногда будет достаточно просто установить строгую дисциплину в вашем окружении, чтобы контролировать подавляющие действия. Скажите своей соседке Мэри Подавительсон, что она не сможет ходить к вам домой, пока не прекратит критиковать ваших детей.

Если в своем офисе вы обнаруживаете нечестное поведение, кипы расходных накладных, наглое отлынивание от работы, слишком много перерывов на кофе, растянутые обеденные часы, воровство офисных принадлежностей и оборудования - выпустите строгую исправляющую директиву, требуйте более строгую дисциплину. Вы обнаружите, что честные люди сами немедленно исправятся.

Подавляющая Личность будет громко выражать недовольство, жаловаться на дисциплину и, возможно, покинет организацию.

### РАЗОБЛАЧЕНИЕ

Хотя они были разведены уже несколько лет, бывший муж Синди все еще подавлял ее. В период перед разводом он постоянно запугивал ее обобщениями. Если она не будет «правильно обращаться с детьми», предупреждал он, она потеряет их. В результате, она жила в постоянном страхе, что ее бывший муж когда-нибудь придет и заберет двух ее дочерей.

Когда я объяснила Синди механику подавления, она согласилась, что ее бывший муж был ПЛ. Она описала его, как жестокого, холодного и бесчувственного человека, подверженного сексуальным извращениям и неэтичным действиям.

«Как ты думаешь, он совершал какие-нибудь уголовные преступления?» - спросила я. «Если так, то суд никогда не позволит ему забрать твоих детей».

«Я уверена, что он совершал преступления! Он - крупный застройщик, понимаешь. И сделал свои миллионы, будучи отнюдь не хорошим мальчиком. Я знаю, что он втянут в большое количество весьма темных делишек». Она задумалась и затем решила: «Я найму детектива».

Когда, спустя несколько месяцев, я снова увидела Синди, она сияла. «Ты знаешь, твой совет был спасительным средством. После того, как я поговорила с тобой, я поняла, что мне нет необходимости нанимать детектива. Я была полностью уверена в том, что выиграю суд, если в этом будет необходимость. Я просто твердо решила, что с этого момента и впредь я не хочу слышать никаких угроз с его стороны касательно детей. Он понял, что я не шушу. Он сдался без единого слова».

### СТАНОВЯСЬ НЕУЯЗВИМЫМ К ПОДАВЛЕНИЮ

Несмотря на то, что мы можем быть разбиты и расстроены подавлением, мы можем восстановить наше самоопределение. Мы можем стереть те чувствительные области, которые делают нас уязвимыми. Мы можем сделать себя сильнее и перестать быть беспомощным следствием Торговца

Хаосом.

Считать ПЛ большим, ужасным великаном-людоедом, а самих себя белоснежными, как лилии, совершенно невинными жертвами — это свехупрощение. Каждый из нас сыграл свою собственную роль в том, чтобы навлечь на себя подавление.

Саентологическая консультация может помочь нам обнаружить ПЛ в нашем настоящем или прошлом и избавиться самих себя от слабости, которая делает нас подверженными подавлению.

## ВЫВОДЫ

1. **КАК МОЖНО РЕЖЕ ВСТРЕЧАЙТЕСЬ С ПЛ.** Это самое быстрое решение, и дает незамедлительный эффект. Лично я предпочитаю иметь с ПЛ как можно меньше дел. Кому они нужны?
2. **ОСТАНАВЛИВАЙТЕ ПЛ.** Отвечая на подавление, вы даете знать Антисоциальной Личности, что вас не запугать. Существует несколько способов добиться этого:
  - А. Выделяйте подавление. Требуйте, чтобы она давала вам конкретные факты вместо обобщений. Исправляйте ее ложные цели. Определяйте и вслух указывайте все примеры искаженного общения. Не давайте ей распространять плохие новости. Не позволяйте ей вмешиваться в ваши циклы.
  - Б. Дисциплина. Когда это позволяют ваши отношения, введите строгие правила и политику, которые будут контролировать ПЛ и сводить на нет ее пагубное воздействие.
  - В. Конфронтация. Обратитесь непосредственно к Антисоциальной Личности и скажите ей, что вы не позволите ей подавлять вас. Высмеивайте ее, когда это целесообразно. Привлекайте ее к суду, если это необходимо.
  - Г. Разоблачение. Обнаружьте, что точно она делает и раскройте это своим коллегам, членам семьи, товарищам и/или представителям власти.
3. **СДЕЛАЙТЕ СЕБЯ НЕУЯЗВИМЫМ.** Это основная гарантия личного спокойствия.
  - А. Избавьтесь от любой зависимости. Станьте независимым от Подавляющей Личности, и это автоматически устранил большую часть воздействия, которое она имеет на вас.
  - Б. Пройдите личную консультацию. Саентологическая консультация может помочь большинству людей стать невосприимчивыми к подавлению путем устранения оголенных нервов, которые ПЛ может нащупать.

Это не все решения, ни в коем случае; они предложены только в качестве руководства. Вы найдете другие, может быть лучшие, которые помогут вам восстановить свое душевное равновесие.

Не все болезни человека можно объяснить в терминах подавления. Существуют другие причины, другие ответы. Но, если вы обнаружили в своей жизни ПЛ, **СДЕЛАЙТЕ ЧТО-НИБУДЬ С ЭТОЙ СИТУАЦИЕЙ.**

Ваше здравомыслие - ваша жизнь - могут зависеть от этого.

Подавление это не очень приятный предмет. Это мрачная, безобразная сторона жизни. Но понимание подавления и знание того, как справиться с ним, может снова вывести нас на солнечный свет.

Удачи!

\*\*\*



## **СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:**

1. "ДИАНЕТИКА: СОВРЕМЕННАЯ НАУКА ДУШЕВНОГО ЗДОРОВЬЯ", Л. Р. ХАББАРД.
2. "САЕНТОЛОГИЯ: ОСНОВЫ МЫСЛИ", Л. Р. ХАББАРД.
3. "САЕНТОЛОГИЯ: НОВЫЙ ВЗГЛЯД НА ЖИЗНЬ", Л. Р. ХАББАРД.
4. "НАУКА ВЫЖИВАНИЯ", Л. Р. ХАББАРД.
5. "КАК ВЫБИРАТЬ СВОИХ ЛЮДЕЙ", РУТ МИНШУЛЛ.
6. "ЧУДЕСА ЗА ЗАВТРАКОМ", РУТ МИНШУЛЛ.
7. "ОСНОВЫ УСПЕХА", ПИТЕР ГИЛЛЭМ.

**СОДЕРЖАНИЕ:**

<b>ГЛАВА 1. СПАДЫ И ПОДЪЕМЫ.....</b>	<b>2</b>
<b>ГЛАВА 2. ПРИЧИНА АМЕРИКАНСКИХ ГОРОК .....</b>	<b>5</b>
<b>ГЛАВА 3. ПОДАВЛЯЮЩАЯ ЛИЧНОСТЬ.....</b>	<b>7</b>
<b>ГЛАВА 4. ХАРАКТЕРИСТИКИ .....</b>	<b>9</b>
<b>ГЛАВА 5. КАК ОПОЗНАТЬ ПОДАВЛЯЮЩУЮ ЛИЧНОСТЬ? .....</b>	<b>20</b>
<b>ГЛАВА 6. КАК ПОДАВЛЕНИЕ ВЛИЯЕТ НА НАШУ ЖИЗНЬ?.....</b>	<b>27</b>
<b>ГЛАВА 7. МОЖЕМ ЛИ МЫ ПОЗВОЛИТЬ СЕБЕ ИГНОРИРОВАТЬ ПОДАВЛЕНИЕ? .....</b>	<b>32</b>
<b>ГЛАВА 8. ЧТО ДЕЛАТЬ ПРИ ПОДАВЛЕНИИ .....</b>	<b>35</b>
<b>СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:.....</b>	<b>41</b>