

ЗАЩИТИ СЕБЯ ПО МЕТОДИКАМ СПЕЦСЛУЖБ



FBI



СПЕЦИАЛЬНЫЙ АГЕНТ
ДЖЕЙСОН ХАНСОН

Дж. Хансон

БЫВШИЙ СПЕЦАГЕНТ
РАСКРЫВАЕТ МЕТОДЫ,
КОТОРЫЕ МОГУТ
СПАСТИ ЖИЗНЬ ВАМ
И ВАШЕЙ СЕМЬЕ



[Почитать описание, рецензии и купить на сайте МИФа](#)

Jason Hanson

Spy Secrets That Can Save Your Life

A Former CIA Officer Reveals Safety
and Survival Techniques to Keep You
and Your Family Protected

A Perigee Book
2015

[Почитать описание, рецензии и купить на сайте МИФа](#)

Оглавление

Введение	8
Глава 1. Логика выживания	12
Глава 2. Ситуационная осведомленность	21
Глава 3. Походный набор шпиона	47
Глава 4. Станьте Гудини	71
Глава 5. Мой дом — моя крепость	94
Глава 6. Путешествие без опасности	116
Глава 7. Уходим от слежки как настоящие профессионалы	138
Глава 8. Тайны социотехники	160
Глава 9. Как самому стать детектором лжи	188
Глава 10. Исчезнуть без следа	204
Глава 11. Вождение без опасности	231
Глава 12. Самозащита	253
Об авторе	268

Глава 2

Ситуационная осведомленность

Главное, чему меня научили в ЦРУ

Вооруженные мачете люди в масках грабят дорогой мексиканский ресторан на Манхэттене. Перепуганные официанты жмутся к стенам, посетители замерли за столиками, и лишь один человек у бара сохраняет полное спокойствие, не замечая, что творится вокруг. Грабители забегают за барную стойку в поисках наличности, а он не только продолжает что-то там высматривать на экране своего сотового, но и приподнимает пустой стакан, давая понять, что не прочь выпить еще. А потом пересаживается на другой табурет, чтобы дать проход грабителю... Позже этот человек говорил полицейским, что «ничего не видел», так как «все время смотрел в телефон». Умудриться пропустить ограбление в метре от себя — ярчайший пример

[Почитать описание, рецензии и купить на сайте МИФа](#)

поразительного отсутствия того, что называется *ситуационной осведомленностью*.

Люди часто удивляются, когда я говорю, что ситуационная осведомленность — и есть самое главное, чему я научился в ЦРУ. Агенты ЦРУ получают лучшую на свете подготовку: они способны отразить любое нападение, за несколько секунд освободиться от пут, они виртуозно управляют автомобилями и могут уйти от любой погони, однако ситуационная осведомленность — это главный инструмент выживания агента. Мы также знаем, что лучший способ победить в поединке — вообще в поединок не вступать. Именно понимание ситуации, ее видение, осведомленность о ней позволяет нам совершать необходимые действия *еще до того*, как разразится кризис. А если дело доходит до оружия, значит, мы что-то упустили, значит, наша ситуационная осведомленность оказалась не на высоте.

Этот навык необходим и в гражданской жизни, в чем я имел шанс убедиться на собственном опыте. Я познакомился со своей будущей женой, когда она училась в юридической школе в Балтиморе. Школа эта находилась в районе не то чтобы опасном, но не совсем благополучном — недавно, например, кого-то зарезали на близлежащем мосту. Поэтому я не хотел, чтобы она ходила там одна после вечерних занятий, и всегда ее встречал. Но в неприятности мы влипли как раз средь бела дня. Тот осенний день был просто потрясающим, так что я решил зайти за женой и пешком пройти в ресторан во внутренней

гавани — одним из самых замечательных в городе мест. По дороге я обратил внимание на человека, который вел себя как-то странно. Он несколько раз переходил с одной стороны улицы на другую и все время на меня поглядывал, так что неудивительно, что я почувствовал неладное. Мы с женой остановились у перехода — ждали, когда зажжется зеленый свет. Тот человек остановился в метре от меня. Я следил за ним боковым зрением, в особенности за руками — потому что убивают именно руки. В руках может появиться нож или пистолет, да и кулаки — тоже оружие. Когда загорелся зеленый, я намеренно пошел медленно. Человек тоже не торопился, шел шаг в шаг со мной. К этому моменту я уже достал свою тактическую ручку. Сделав три шага, я повернулся к нему и сказал: «Простите, не подскажете ли, который час?» Он с удивлением глянул на меня, а я повторил: «Простите, не знаете ли вы, который сейчас час?» Он ответил: «Четыре тридцать...» Мы секунду смотрели друг другу в глаза, но эта секунда показалась мне вечностью. Вдруг он развернулся и быстро пошел прочь. С тех пор я его больше не видел.

Спросив его, который час, я добился двух целей. Во-первых, полностью устранил момент неожиданности. Мои руки были свободны, так что при необходимости я мог ударить или разоружить его. Во-вторых, я знаю, что обычное время человеческой реакции — около полутора секунд. Именно столько, как минимум, нужно, чтобы отреагировать на ситуацию. Если бы он напал на меня, мне бы потребовалось полторы секунды на то, чтобы защититься

себя и жену. Незнакомец ответил на мой вопрос — сказал, который час, затем мгновенно развернулся и пошел прочь (именно это доказывает, что он замышлял что-то недоброе). Если бы он ничего дурного не планировал, он бы продолжил путь в прежнем направлении — к внутренней гавани.

Преступники не хотят, чтобы те, на кого они нацелились, знали об их планах. Но я знал. И когда он понял, что я знаю, предпочел скрыться. Будучи внимательным к тому, что меня окружало, я смог определить, что нам с женой грозит опасность, и смог предпринять ответные действия. В принципе, эту ситуацию можно было бы разрешить другими способами, и этих способов много, однако главное — я сделал *хоть что-то*. Я доверился своему чутью и отреагировал. А вот если бы я пялился в сотовый телефон, все могло бы завершиться стычкой с грабителем.

Что такое ситуационная осведомленность?

Обратите внимание на то, чем заняты люди на улице, на детской площадке, в торговом центре: по большей части они либо говорят по телефону, либо читают, либо набирают SMS. Но когда вы смотрите в телефон, ваша голова опущена, вы сосредоточены на экране и не видите того, что происходит вокруг. Впрочем, даже если вы не говорите по телефону, вы все равно думаете о чем-то постороннем — о работе, о свалившихся невесь откуда

неприятностях, мечтаете о предстоящем отпуске. Неважно, чем вы заняты, — важно другое: если вы невнимательны, несобранны, вы уязвимы. Если бы люди помнили о ситуационной осведомленности, многих неприятностей можно было бы избежать.

Так, Сан-Франциско пережил вспышку ограблений пользователей сотовых телефонов, причем грабили их при свете дня и в людных местах. Мужчину сорока трех лет избили и ограбили на запруженном людьми перекрестке: в это время он отсылал очередное SMS. Из-за набора сообщения одна нью-йоркская актриса угодила под поезд метро. Выжила она лишь благодаря чуду. А вот с пятнадцатилетней девочкой из Сан-Диего чуда не произошло. Она набирала текст, стоя у перехода, и шагнула вперед до того, как зажегся зеленый свет. Брат пытался перехватить ее, но не успел, и девочку насмерть сбил грузовик. Если бы все эти люди обращали внимание на то, что их окружает, трагедий бы не случилось.

Смартфоны и ситуационная осведомленность

Понимаю, до какой степени странно это звучит, но должен сказать: до сих пор я еще ни разу не отсылал SMS и не намерен делать этого и впредь. Да, у смартфонов масса преимуществ, но они — враги ситуационной осведомленности. Сколько раз вам приходилось притормаживать на переходе, хотя для вас горел зеленый свет, только из-за того, что перед вами стоял какой-то тип, увлеченно набиравший текст? Ни один из моих инструкторов в ЦРУ, ни одна тренировка по ситуационной осведомленности мне не помогут, если

я в момент опасности буду писать сообщение. Я приверженец старомодных телефонов-«раскладушек» по многим причинам — в частности, еще и потому что в смартфонах содержится слишком много личной информации. Но главная причина все-таки в том, что смартфоны — угроза для ситуационной осведомленности.

Самые важные цвета: белый, желтый, оранжевый и красный

Ситуационная осведомленность — это по сути внимание к тому, что происходит вокруг вас. Это способность оценить окружающую обстановку, степень опасности и быть готовым, если потребуется, предпринять соответствующие меры. То, о чем я буду говорить далее, называется «цветовыми кодами Купера». Речь идет о четырех степенях готовности, помогающих человеку настроиться на соответствующий лад и быстро и адекватно отреагировать на опасность.

Джефф Купер был морским пехотинцем и во время Второй мировой войны служил на эскадренном миноносце «Пенсильвания». Затем он участвовал в боевых действиях в Корее, после которых был произведен в подполковники. В 70-х годах в Аризоне Купер основал тренировочный центр, где обучал стрельбе из револьвера и винтовки как гражданских, так и тех, кто служил в полиции и армии. И хотя он был признанным экспертом в области боевой подготовки, Купер считал, что владение оружием или приемами самообороны далеко не всегда способно сохранить

человеку жизнь. Купер был твердо убежден, что самый эффективный метод самообороны — соответствующий настрой, внутренняя готовность. «Цветовой код Купера» используется для описания ситуационной осведомленности человека.

Белый режим: человек совершенно не готов к нападению и не осознает того, что происходит вокруг. В описанных выше случаях люди находились в белом режиме. Необходимо научиться избегать этого режима в любое время и при любых обстоятельствах — это может спасти вам жизнь.

Как это выглядит: голова опущена, взгляд устремлен куда-то в сторону, не фиксирует того, что происходит вокруг. Пребывающий в белом режиме может о чем-то грезить, разговаривать по телефону, набирать текст электронного письма или SMS, может быть поглощен беседой. Вы можете читать, сидя на скамейке в парке, или недолго думая отправиться на прогулку по темной аллее... В любом случае вы сами ставите себя в ситуацию, когда на вас легко напасть. Если вы не обращаете внимания на то, что происходит в вашем непосредственном окружении, вы уязвимы и совершенно не готовы к тому, что может произойти уже через мгновение.

Желтый режим: постоянная, но не напряженная готовность. Находясь в желтом режиме, вы следите за обстановкой и остаетесь наготове. Желтый режим не означает, что вы ждете нападения, однако вы постоянно в курсе

того, что происходит вокруг вас. Человека, находящегося в желтом режиме, трудно застать врасплох. До появления сотовых телефонов именно в этом режиме и пребывало большинство людей.

Как это выглядит: голова поднята, вы осознаете, что происходит вокруг. Вполне возможно, что вы вовлечены в разговор, но все же в состоянии заметить приближающийся автомобиль или незнакомца, выказывающего признаки агрессивных намерений. Тот, кто пребывает в желтом режиме, обязательно заметит на улице странного типа, и у него хватит времени на принятие решения о том, как себя вести — перейти ли на другую сторону, сменить направление, позвать на помощь и так далее. Желтый режим позволяет заметить надвигающуюся опасность. Важно помнить, что пребывание в желтом режиме — это подготовка к переходу в красный режим, о котором мы поговорим чуть позже. Поскольку, прогуливаясь с женой по Балтимору, я был в желтом режиме, я вовремя заметил угрозу. Этот режим поможет и вам оставаться в безопасности.

Оранжевый режим: состояние особой готовности. Предположим, вы заметили, что по зданию, в котором полно людей, разгуливает некто в толстом зимнем пальто. Но дело-то происходит в августе! Или вот еще пример: вы заходите на автостоянку и замечаете, что кто-то слишком внимательно на вас поглядывает. То есть вы чувствуете, что в человеке или в ситуации кроется потенциальная опасность. И вы готовитесь к встрече с ней:

достаёте тактическую ручку или сотовый телефон, чтобы позвать на помощь.

Как это выглядит: когда мы с женой остановились у перехода, а рядом возник тот тип, я сразу же перешел в оранжевый режим. Я достал тактическую ручку. (Когда закон позволяет, я ношу с собой пистолет, но у меня нет разрешения на ношение оружия в штате Мэриленд. Так что приходится прибегать к тактической ручке.) Я был настороже, был готов отразить нападение. Если вы чувствуете, что вас кто-то преследует, то вот еще одно решение, подсказанное оранжевым режимом: развернуться и зайти в людное место, например в магазин.

Красный режим: это кризисный режим, но вы-то уже внутренне готовы к тому, чтобы сражаться или спастись бегством. Вы поняли, что именно происходит, вы получили тот особый посыл от преступника. Вы уже достали свою тактическую ручку, а теперь, сражаясь за жизнь, бьете ею нападающего. Бывает, вам действительно приходится вступить в бой, используя оружие или какую-либо иную известную вам тактику самообороны, — но вполне возможно, что ситуацию можно разрешить и иным способом, например вызвав полицию или убежав туда, где есть люди.

Как это выглядит: человек отвечает на реальную угрозу. Он уже понял, что нападение возможно, и потому готов ко всему. Находящийся в красном режиме, вполне возможно, уже наметил путь к спасению и ринулся по этому пути, или решил отразить нападение, вынув нож или другое оружие, или просто позвал на помощь.

Хитер, выпускнице моей школы, удалось справиться со злодеями, пытавшимися угнать ее автомобиль, потому что она никогда не утрачивала ситуационной осведомленности. «На автозаправках я всегда веду себя так, как учил нас Джейсон, — рассказывает она. — Он говорил: “У вас в руке должны быть зажаты ключи от машины, а не сотовый телефон. И обращайтесь внимание на то, что происходит вокруг”. Я уже заканчивала заправлять бак, когда увидела, что справа, из леса за заправкой, ко мне бежит какой-то человек и громко кричит: “Погодите!” Он явно хотел привлечь к себе мое внимание. И тут же я заметила второго приближавшегося ко мне человека. Я сразу почувствовала, что что-то не так. Слава Богу, при мне была тактическая ручка. Я крикнула в ответ что-то вроде “Отвали!”, бросила на землю шланг и вскочила в автомобиль. Они оба рванулись к моей машине, но я уже дала по газам. Уверена, они хотели отобрать у меня машину. А вместе с машиной они захватили бы и меня».

Хитер была в желтом режиме и потому смогла сразу понять, что у того, кто ее окликал, намерения были явно недобрыми. Она также заметила, что у потенциального похитителя имеется подельник. Она была настороже и поэтому не поддавалась на уловку, не отвлеклась на окрик, иначе второй грабитель беспрепятственно настиг бы ее сзади и Хитер потеряла бы машину. Или того хуже — жизнь.

И хотя привыкнуть к существованию в желтом режиме непросто, дело того стоит: такая привычка может спасти вам жизнь. Для начала научитесь ходить по улицам

с поднятой головой и с сотовым телефоном в кармане, а не в руке, и быть внимательными. Порою внутренний голос подсказывает, что что-то идет не так, следовательно, научитесь слушать этот голос.

Ноги в руки, и беги: главное, о чем надо помнить в любой чрезвычайной ситуации

Помимо постоянной ситуационной осведомленности, существует еще одна жизненно важная установка, которая поможет вам избежать ранения, травмы, а то и смерти. Когда вы лицом к лицу сталкиваетесь с угрожающей жизни ситуацией, надо *двигаться*. Я буду говорить об этом постоянно, постоянно буду напоминать вам: «Ноги в руки, и бегите». Да вы и сами, прочитав истории разных людей, поймете, что *спаслись они именно потому, что двигались*. Если вы оцепенеете от страха и замрете на месте — исход будет предрешен. Если кто-то приближается к вам с ножом — ноги в руки, и бегите, иначе этим ножом вас и ударят. Если на город надвигается ураган — ноги в руки, и бегите. Движение — это жизнь.

Угроза не возникает из ниоткуда: как распознать надвигающуюся опасность

Многие жертвы рассказывают, что и понятия не имели, что им что-то угрожает. В то же время существуют очевидные признаки преступных намерений, и большинство

злодеев их и не скрывают. Помните, как какой-то тип в Балтиморе слишком внимательно поглядывал на меня и жену и старался подладиться под наш темп ходьбы? Это и есть *признак надвигающейся опасности*. Признаки надвигающейся опасности — это предсказуемые модели поведения, которые определенная личность проявляет в определенной ситуации. Существует несколько легко распознаваемых признаков надвигающейся опасности.

Признак 1: пристальный взгляд

Если преступник наметил вас в качестве цели, он будет вас разглядывать, задержит на вас взгляд дольше, чем того требуют обычные обстоятельства. Если вы заметили, что кто-то следит за вами взглядом, перейдите на другую сторону улицы, обратитесь за помощью — в общем, сделайте что угодно, лишь бы не оказаться рядом с преступником или преступниками. Преступник смотрит на вас, потому что примеривается к цели, и эта цель — вы. Хищник никогда не упускает жертву из виду.

Признак 2: темп ходьбы

Под темп вашей ходьбы станет подлаживаться лишь тот, у кого имеются какие-то намерения. Людям не свойственно шагать в ногу с абсолютными незнакомцами, так что подобные действия должны вас насторожить. То же касается и автомобиля, и прочего личного транспорта. Если вы едете по скоростному шоссе и какой-то другой автомобиль замедляет или ускоряет ход в зависимости от того, как

тормозите или ускоряетесь вы, это — нехороший признак. Ну и уж тем более он заметен, когда вы идете пешком и некто приостанавливается или ускоряет шаг одновременно с вами. В такой ситуации вам нужно как можно скорее изменить направление, зайти куда-то — короче, отделаться от такого сопровождения.

Признак 3: отвлечение

Хитер из моей школы не позволила себе ответить на окрик: «Погодите!» Она поняла цель того человека — отвлечь ее внимание. Преступники часто работают парами или группами: один отвлекает жертву вопросом или просьбой о помощи или даже сам предлагает помощь, если видит, что вы теряетесь в какой-то незнакомой обстановке. А в это время второй получает доступ к вашему кошельку, или телефону, или еще к чему-то куда более ценному.

Победить установку на нормальность:
понять, что такое *может* случиться
и с вами

И по сей день Пенелопа не может простить себе, что 11 сентября 2001 года она решила спуститься в метро. «Я жила тогда в Бруклине, на берегу Ист-Ривер, и от моего дома были прекрасно видны башни-близнецы. Я вышла из дома и увидела, как из одной из башен вырываются языки пламени и дым. Случилось что-то ужасное, это было понятно сразу. Люди стояли и смотрели, и кто-то

сказал, что в башню врезался какой-то маленький самолет. Это было вполне логичное объяснение, и я немного успокоилась», — вспоминает Пенелопа. И хотя это тоже было ужасно, однако такой несчастный случай был вполне возможен, поэтому Пенелопа все-таки решила спуститься в метро и ехать на работу. А вот когда она уже была в метро, стало понятно, что происходит нечто невероятное и что она попала в очень опасную ситуацию: «Объявили, что во Всемирный торговый центр врезался второй самолет. Я очень испугалась и решила выбирать-ся из метро и уходить от башен как можно дальше». Пенелопе повезло — она, в отличие от многих других, не оказалась в тот день в непосредственной близости от места трагедии. Но она бы ни за что не спустилась в метро и не отправилась бы по направлению к башням-близнецам, неподалеку от которых находилась ее работа, если бы слепо не следовала тому, что мы называем *установкой на нормальность*.

Установка на нормальность — это то, как люди реагируют на неожиданные перемены. Это способ переживания травматических событий или катастроф. В людях заложена боязнь перемен. Когда происходит что-то непостижимое, чудовищное, будь то ураган, террористический акт, эпидемия страшной болезни, мы стремимся максимально нормализовать ситуацию — это заложено в нашей природе. Как говорит Пенелопа, «я и предположить не могла, что на нас могут напасть террористы. Террористическая атака была вне пределов моих

представлений. Мой мозг просто отказался обрабатывать эту информацию».

Установка на нормальность — защитный механизм, но ради самосохранения мы должны научиться побеждать ее. Именно установка на нормальность позволяет нам полагать, что ураган, о котором предупреждали синоптики, не причинит большого вреда лично нам. Но если мы не думаем о воздействии, которое может оказать то или иное событие, мы не можем соответствующим образом к нему подготовиться. Если не подвергать сомнению установку на нормальность, тогда мы...

1. Не воспринимаем катастрофу всерьез. Если мы не осознаем, до какой степени может быть опасен ураган или нападение террористов, мы не в состоянии подготовиться к такому событию. Вы можете совершить поступок, который подвергнет вас дополнительному риску. Например, Пенелопе было бы куда безопаснее остаться дома, чем ехать на метро в Нижний Манхэттен. Если бы она воспринимала ситуацию со всей серьезностью, она поняла бы, насколько рискованна такая поездка.

2. Не готовимся к катастрофе. Мы все знаем, до какой степени бывают переполнены магазины накануне большого снегопада. Люди закупают лопаты, соль, которой посыпают дорожки, делают какие-то припасы. То же касается и других природных катаклизмов. В некоторых регионах нашей страны регулярно случаются ураганы или лесные пожары. При этом далеко не все к ним готовы — пути бегства не продуманы, в домах не имеется необходимых

запасов воды, еды и всего прочего. Установка на нормальность мешает людям составлять соответствующие планы. Они думают: «Сюда-то огонь никогда не доберется, так что и суетиться нечего». Или: «Ну, если будет что-то серьезное, меня непременно спасут».

3. Верим, что если чего-то никогда не случилось, то и впредь ничего такого не произойдет. Мы не знаем, как себя вести, когда сталкиваемся с чем-то для нас новым. Люди с мощной установкой на нормальность имеют тенденцию смотреть на происходящее слишком уж позитивно и полагать, что если чего-то не случилось с ними прежде, то этого никогда и не произойдет. Как показал опыт последних десятилетий, нападения террористов, ураганы, смерчи и прочие катастрофы случаются — и далеко не всегда тогда и там, где мы их ждем. Я отнюдь не призываю вас пребывать в постоянном волнении по поводу того, что может произойти, но это не означает, что установка на нормальность должна мешать подготовиться к возможным неприятным переменам. То есть это не просто готовность к бурям и другим катастрофам. Это состояние ума, которому вы должны научить себя ради хорошей ситуационной осведомленности.

«Я не знал, я увидел»:
как провести линию отсчета

Каким образом вы определяете, что, казалось бы, обыденная ситуация начинает превращаться в опасную? Как вы улавливаете пока еще легкие намеки на то, что что-то

идет не так? Происходит это потому, что у вас имеется внутренняя линия отсчета, именно она позволяет определить опасные отклонения. Когда вы устанавливаете для себя эту линию отсчета, вы замечаете малейшие изменения в окружающей обстановке или в чем-то поведении. Последняя экранизация приключений Шерлока Холмса, предпринятая ВВС*, иллюстрирует это положение очень ярко: герой способен мгновенно и точно собрать информацию о другом человеке. Когда Шерлок встречается Ватсона в первый раз, он как бы между делом спрашивает: «Афганистан или Ирак?» Исходя из ответа Ватсона (Афганистан), Шерлок буквально через несколько секунд приходит к выводу, что Ватсон глубоко травмирован войной, что он врач, что он посещает психотерапевта и что психотерапевт полагает, будто хромота Ватсона — психосоматического происхождения. Совершенно естественно, Ватсон потрясен: Шерлок определил все с невероятной точностью! И когда Ватсон спрашивает Шерлока, как он это все узнал, Шерлок отвечает: «Я не знал, я увидел».

И поясняет: «У вас стрижка и выправка военного. И в первой же фразе — “Тут все изменилось...” — подсказка: учился в Барте, то есть очевидно — военврач. Загорелое лицо и кисти рук: были за границей, но не загорали. Войдя, вы сильно хромали, но стул не попросили, стояли, словно забыли о ноге. Выходит, боль психосоматическая.

* Имеется в виду телесериал «Шерлок» с Бенедиктом Камбербэтчем и Мартином Фрименом в главных ролях. *Прим. перев.*

Значит, обстоятельства ранения травмируют, то есть рана получена в бою. Боевое ранение, загар — Афганистан или Ирак».

Так что это такое — линия отсчета?

Вы можете действовать в желтом режиме, примечать, что происходит вокруг, но если ваш мозг не позволяет вам по-настоящему видеть и реагировать на то, что нормально или что ненормально, вам не удастся принять соответствующие меры безопасности. А чтобы определить, что есть норма — касается ли это человека или обстоятельств, — вам необходимо найти линию отсчета. Линия отсчета — это и есть тот ориентир, который помогает определить, что нормально, а что — нет. Простой пример: близкий друг говорит: «Слушай, сегодня ты выглядишь просто замечательно!» Этот друг способен провести сравнение, потому что вы встречаетесь чуть ли не каждый день и у него имеется для вас линия отсчета. Поэтому он замечает, что вы слегка подзагорели или хорошо отдохнули накануне. Если дочка обычно не страдает отсутствием аппетита, а вдруг за ужином отказывается есть, вы видите, что что-то не так. Может, она заболевает, а может, после уроков наелась сладостей. То же касается и ребенка, который вдруг набрасывается на еду, хотя для него нормально было есть из-под палки... Это — самые простые примеры обыденных линий отсчета, когда мы знаем, что типично, нормально для кого-то или чего-то в обычных обстоятельствах.

Но важно помнить, что универсальных норм не существует: они присущи определенным обстоятельствам или ситуациям.

У мест тоже есть линии отсчета

Как вы наверняка знаете, у большинства крупных правительственных зданий есть периметры ограждения, оборудованные сигнализацией и камерами слежения, информацией с которых поступает в оперативный центр. В наши дни камеры слежения играют в поддержании безопасности важнейшую роль, так как они устанавливают линию отсчета для данного конкретного учреждения. Их сенсоры отбирают информацию и способны определить, что представляет собою норму. Если происходит что-то неординарное — например, к периметру ограждения приближается олень или человек, — информация об этом мгновенно поступает в оперативный центр. Камеры знают, какой должна быть линия отсчета и когда происходит нечто от нее отступающее. Точно так же и вы способны фиксировать, если происходит нечто отступающее от вашей линии отсчета. Войдя в свой дом, вы мгновенно замечаете, что в нем что-то не так? Способны ли вы увидеть, что рядом с вашим офисом происходит нечто потенциально опасное? Случается, что четкое осознание линии отсчета для дома, непосредственного окружения или какого-то места позволяет сохранить жизнь.

Открыв дверь в свою квартиру, Мари мгновенно поняла, что что-то произошло: «На столе стоял горшок

с цветами — горшок был сдвинут, а я знала, что я его не сдвигала...» Мари сразу же заметила и другие странности: «У нас в гостиной стояла коробка, куда мы сбрасывали мелочь. Она валялась на боку. А еще я увидела открытое окно, хотя точно знала, что когда уходила утром, все окна были закрыты». Мари знала линии отсчета для своей квартиры. Во-первых, она всегда перед уходом закрывала окна, во-вторых, она была уверена, что не трогала ни цветов, ни коробку с мелочью. Она поняла, что в доме кто-то побывал, и сразу же позвонила в полицию. К сожалению, далеко не все похожи на Мари — многие не в ладах со своей линией отсчета. Жительнице Орландо крупно повезло: хотя ее дом грабили дважды, при этом ни она, ни ее близкие не пострадали. В первый раз дело было так: Лайза Бейли привезла из школы сына Райана. Подъехав к дому, они увидели, что дверь гаража открыта. Райан не помнил, закрывал он утром эту дверь или нет, и они вошли в дом. Там-то они и обнаружили, что исчезли компьютер и телевизор; все ящики и шкафы были вывернуты, воры утащили даже еду из холодильника! В другой раз они подъехали к дому и увидели, что на подъездной дорожке стоит черный джип, на заднем сиденье которого — маленький ребенок, и больше никого. Вместо того чтобы сразу же вызвать полицию, миссис Бейли бросилась в дом. По счастью, грабители уже вылезали через заднее окно, и она с ними не столкнулась. Очень везучее семейство: несмотря на то что они проигнорировали сигнал опасности — нарушение линии отсчета, — они всего лишь

лишились имущества. А ведь все могло закончиться куда трагичнее.

Четко представляйте, что есть для вас норма, — и не отступайте от нее

Чтобы избежать опасности, мгновенно понимать, когда происходит что-то странное, четко осознавайте линию отсчета как для вашего дома, так и для других мест — как это произошло с Мари, которая сразу же поняла, что в ее доме побывали посторонние. Очень важно вырабатывать определенные процедуры и неукоснительно их придерживаться, например когда уходите из дома. Эти рутинные действия, конечно же, должны учитывать потребности членов семьи, но некоторые из них должны стать обязательными.

- Уходя, запирайте все двери.
- Закрывайте и запирайте на щеколды все окна.
- Закрывайте и запирайте ворота гаража.
- Включайте (или выключайте — смотря по обстоятельствам) внешнее освещение.

Соблюдайте эти правила и приучите к ним всех домашних. Закрывали ли вы ставни или шторы, перед тем как ушли из дома? Свет, когда вы уходили, был включен или выключен? Если вы обговорите эти правила со всеми, кто живет в доме, они сразу заметят любое отклонение. И помните: если у вас мелькнуло даже легкое подозрение, что в доме находится посторонний, не вздумайте входить! Сразу же вызывайте полицию.

О чем вам говорит опыт?

Вы способны определить, все ли в вашем доме соответствует норме, и точно так же вы способны заметить отклонения там, где вы часто бываете — в магазине, куда регулярно ходите за покупками, по пути на работу, в школе, где учится ваш ребенок. Вы наверняка слышали, как кто-то в новостях говорил: «Я сразу понял, что происходит что-то не то», «Я сообразил, что что-то идет не так». Люди, которые знают линию отсчета в своем окружении, способны различать порою даже ничтожные отклонения (впрочем, не всегда эти отклонения бывают ничтожными). Такие люди не только четко представляют себе линию отсчета, но и не дают установке на нормальность сбить себя с толку.

Эрин Саррис, бегунья, пережившая взрыв бомбы на Бостонском марафоне, сразу догадалась, что что-то случилось: «Я не поняла, что именно произошло, но все же сообразила, что тот звук — не гром: день был чудесный, солнечный, на небе — легкие пушистые облачка». Саррис тут же позвонила мужу и поспешила убраться как можно дальше. Вскоре она увидела мчавшиеся к месту сбора марафонцев машины скорой помощи. Ее подозрения подтвердились: тот громкий звук, не имевший никакого отношения к погоде, был сигналом опасности. Кэтрин Уолтон, тридцатидевятилетняя американка, отправилась со своими пятью детьми в тот самый торговый центр в Найроби, на который напали террористы. Она вспоминает,

как услышала «очень громкие взрывы» и сразу же поняла, что происходит нечто ужасное. Она смогла с тремя из своих детей спрятаться и послать текстовое сообщение еще двоим, чтобы они тоже спрятались и не высовывали носа, пока опасность не минует. В обоих случаях женщины отреагировали совершенно правильно: они не стали любопытствовать, что именно происходит, они не попытались сделать вид, что все нормально, что, несмотря на эти странные звуки, все в порядке. Они не позволили установке на нормальность вмешаться в их действия. Чтобы определить, угрожает ли вам опасность, задайте себе основной вопрос:

Основываясь на том, что я знаю по прошлому опыту, все ли выглядит так, как должно выглядеть?

Если ситуация отличается от той, которую вы привыкли считать нормальной, следует признаться себе, что происходит нечто потенциально опасное. Соответствующая реакция на осознание того, что, судя по прошлому опыту, «происходит нечто ненормальное», может спасти вам жизнь.

Понимание ситуации начинается с понимания поведения

Не все из нас в совершенстве владеют дедуктивным методом Шерлока Холмса, но все мы можем поучиться у него

тому, как судить о человеке по внешним признакам. Я не предлагаю вам с первого взгляда определять, где тот или иной человек проживает и где работает, однако способность по мелким деталям составить представление о людях или ситуации — чрезвычайно важная способность. И хотя нас учат быть готовыми к тому, что все люди разные, мы все-таки имеем представление о том, что входит в понятие «приемлемое поведение». Поведение может быть любым — от обычного до странного и неприемлемого. Человеческое поведение зависит и от ряда других факторов, таких как культура, ценности, взгляды. То, что считается приемлемым в одной ситуации, будет совершенно неприемлемым в другой. Если вы надеваете костюм с галстуком, отправляясь на работу в юридическую фирму, явившись в таком обличье на строительную площадку (при условии, что вы строитель), вы будете ловить на себе удивленные взгляды. На стадионе совершенно естественно вопить и улюлюкать, но попробуйте заорать что-то подобное в театре! И хотя стандарты поведения могут меняться в зависимости от того, где мы находимся в данный момент, мы все прекрасно понимаем, когда чье-то поведение отличается от обычного, и где-то в глубине души чувствуем, что в данный момент нам следует проявить бдительность.

Двадцатидвухлетняя Роксана Рамирес, служащая супермаркета «Таргет», получила награду за спасение девочки, похищенной в Питтсбурге. Рамирес заметила, что один из покупателей ведет себя как-то странно. «Он все

ходил, бродил с места на место, озирался, как ненормальный. Это меня насторожило», — вспоминает Рамирес. Она даже подошла и спросила, не нужна ли ему помощь. Рамирес продолжала наблюдать за ним и после того, как он вышел из магазина и сел в машину — в машине он тоже вел себя неадекватно. Рамирес позвонила в полицию. Через сорок пять минут полиция задержала этого человека и освободила похищенную им семилетнюю Натали Кальво. Рамирес обратила внимание на то, что поведение этого человека отличается от обычного. Она почувствовала, что в нем есть нечто опасное. Девушка была наблюдательной и не побоялась предпринять активные действия, благодаря чему ребенок был спасен. Я не предлагаю вам звонить в полицию каждый раз, когда вы видите, что чье-то поведение несколько отличается от обычного, но это важно — осознавать, что является стандартным человеческим поведением и что таковым не является. Стоит обращать внимание на следующие моменты:

- на человека, одетого не по погоде, например на того, кто в жару появляется вдруг в теплом пальто;
- на того, кто странно жестикулирует и демонстрирует странные манеры;
- на того, кто оказывается не в том месте, где ему следовало бы быть;
- на того, что обращает на вас или на кого-либо еще слишком пристальное внимание;
- на того, кто нервно озирается, постоянно крутит головой по сторонам.

Не давайте преступникам шанса

Осужденных преступников часто опрашивают — показывают им фотографии людных улиц и спрашивают, кого из толпы они бы выбрали в качестве жертвы. И нет ничего удивительного в том, что они выбирают тех, кто находится в белом режиме — тех, кто, не обращая внимания на то, что происходит вокруг, говорят по сотовому телефону, читают что-то на экране или набирают на ходу текст. Да взгляните сами на людную улицу: 99% идущих по ней уткнулись в свои смартфоны. Редко-редко увидишь того, кто идет с поднятой головой и обращает внимание на то, что происходит вокруг. Хорошая новость: если вы будете следовать той тактике, о которой мы говорили выше, если вы будете пребывать в желтом режиме — с поднятой головой, руками, свободными для отражения нападения, — вы вряд ли станете следующей жертвой. Преступнику проблемы не нужны: он выберет того, чье внимание занято чем угодно, только не окружающей действительностью.



[Почитать описание, рецензии и купить на сайте](#)

Лучшие цитаты из книг, бесплатные главы и новинки:

