

# ЧУДЕСНЫЕ МЕРИДИАНЫ В ТРАДИЦИОННОЙ КИТАЙСКОЙ МЕДИЦИНЕ И СОВРЕМЕННЫЙ ПСИХОФИЗИЧЕСКИЙ ПОДХОД

И.А. Бобров<sup>1</sup>, К.Н. Мхитарян<sup>2</sup>

<sup>1</sup> ООО «ЛЕЙБ-МЕДИК» (г. Москва),

<sup>2</sup> Центр интеллектуальных медицинских систем «ИМЕДИС» (г. Москва)

## Wonderful meridians in Traditional Chinese Medicine and modern psychophysical approach

I.A. Bobrov<sup>1</sup>, K.N. Mkhitaryan<sup>2</sup>

<sup>1</sup> LTD "LEIB-MEDIC" (Moscow, Russia),

<sup>2</sup> Center of intellectual medical systems "IMEDIS" (Moscow, Russia)

### РЕЗЮМЕ

Чудесные меридианы (ЧМ) в рамках Традиционной китайской медицины представляют собой автономные кибернетические системы, действующие по принципу функциональных систем П.К. Анохина в рамках организма человека, как целостной функциональной системы. При этом, характеристики ЧМ могут быть описаны не только в рамках клинических проявлений, но и в понятиях триграмм Фэн-шуй, которым они соответствуют. Имеется непосредственная корреляция между описанием характеристик восьми ЧМ, объединенных в пары с применением триграмм, и генетически обусловленных психофизических характеристик восьми потребностей судьбоанализа Л. Сонди, объединенных в четыре влечения. Это говорит о постоянном представительстве в организме человека всех восьми ЧМ и об их генетической основе. Системный подход при выборе ЧМ для лечения, с учетом психофизических и биосоциальных особенностей пациента на основе анализа как свойств триграмм, так и метода Л. Сонди способен оптимизировать выбор ЧМ, и, соответственно, повысить эффективность рефлексотерапии и/или биорезонансной терапии с применением ЧМ.

**Ключевые слова:** чудесные меридианы, функциональные системы, метод Л. Сонди.

### RESUME

Wonderful meridians (WM) in Traditional Chinese Medicine are autonomous cybernetic systems following principles of P.K. Anokhin functional systems within human body as an integrated functional system. Characteristics of WM can be described not only by clinical manifestations but also as Feng-Shui trigrams they correspond to. There is direct correlation between description of 8 WM united in pairs using trigrams and genetically predefined psychophysical characteristics of 8 needs of L. Szondi fate analysis united in 4 drives. This can confirm permanent presence of 8 WM and their genetic basis. Systematic approach to selection of WM for therapy with consideration of psychophysical and biosocial individuality of the patient based on analysis of trigrams and L. Szondi method can raise efficiency of reflexotherapy and/or bioresonance therapy with use of WM.

**Keywords:** wonderful meridians, functional systems, L. Szondi method.

### ВВЕДЕНИЕ

Чудесные меридианы (ЧМ) – один из наиболее интересных и, в то же время, запутанных вопросов традиционной китайской медицины (ТКМ), окутанный в большей степени легендами, нежели конкретными теориями. Последнее обстоятельство весьма затрудняет их практическое применение, несмотря на то, что эффект от него может быть, исходя из личного опыта авторов, и высок и неоспорим.

Имеются различные мнения о сущности восьми экстраординарных «чудесных» меридианов. Одни считают их резервуарами для «избыточной энергии», образующейся при патологических процессах, при исчерпании функциональных возможностей ординарных акупунктурных меридианов (АМ). Другие представляют ЧМ как хранилища «чистой энергии» на случай экстремальных ситуаций. Третья группа источников описывает систему

ЧМ, как пути, по которым распространяется питательная, защитная, но в основном, прародительская (наследственная) энергии. Некоторые авторы из этой группы даже склонны рассматривать ЧМ как вторичные сосуды почек и мочевого пузыря.

### Чудесные меридианы как функциональные системы по П.К. Анохину

В ряде более ранних работ авторами была сформулирована концепция организма, как целостной биологической самоорганизующейся информационной системы [1]. Его саморегуляция осуществляется в результате вычислительных процессов, происходящих на всех его уровнях, начиная с клетки и ее отдельных частей: ДНК, органелл и клеточной мембраны, и заканчивая вычислениями на уровне тканей, органов и, наконец, организма как целого. Вычислительные процессы осуществляют формирование гомеостазов различного уровня:

- текущего (статического, или гомеостаза в реальном времени) – за который отвечают ординарные *акупунктурные меридианы* (АМ);
- динамического (направленного в будущее с учетом времени суток, сезона, времени года, возраста) – за который отвечают *стихии*;
- хроносемантического (направленного в будущее с учетом не только биологических и временных, но и социальных параметров. Кармические или астрологические компонен-

ты заболеваний по версии ТКМ), за который, по мнению авторов отвечают, в значительной степени, ЧМ.

Исследования академика П.К. Анохина [2] показали, что управление организмом, как в целом, так и отдельными его тканями, органами и системами, организовано по единому образным принципам. «Единицей» управления по П.К. Анохину является *функциональная система* (ФС). Принципиальной особенностью управления организмом на уровне ФС является предварительное формирование им *предполагаемого результата действия* – акцептора результата действия (АРД) по П.К. Анохину – по отношению к каждому его действию, которое он планирует совершить. С этой целью организм постоянно осуществляет моделирование *предполагаемого будущего* – *опережающее отражение действительности* по П.К. Анохину. Результат этого моделирования используется в зависимости от текущей потребности, выбранной для удовлетворения (*цели*) и на основании данных, полученных в процессе афферентации, с последующим эфферентным синтезом. По достижении *заданного результата* происходит его сравнение с эталоном, заложенным в АРД. Если результат удовлетворительный, организм выбирает другую цель – удовлетворение уже иной потребности. Если же заданный результат неудовлетворительный, то, в зависимости от результатов афферентного анализа:

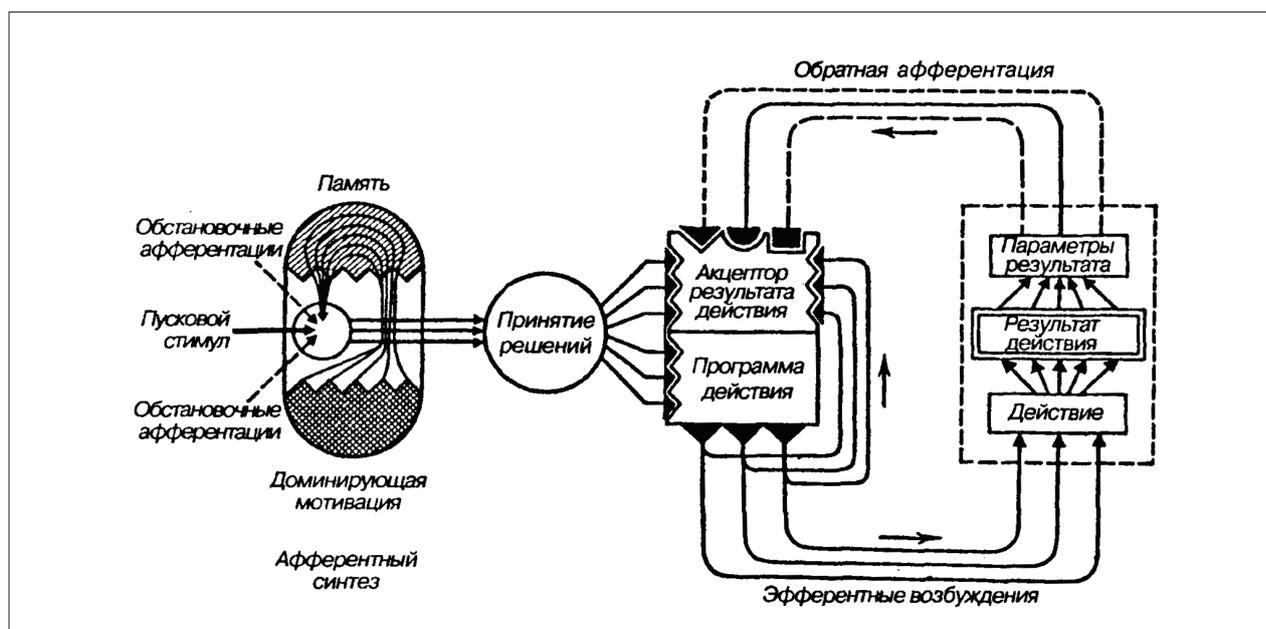


Рис. 1. Принцип действия целостной функциональной системы человека [Анохин П.К. Кибернетика функциональных систем // Избранные труды. – М., 1998].

Таблица 1

## Характеристика триграмм и соответствующих им чудесных каналов

Три-грамма Сумма ФС Ст.	Чудес- ный канал	Стихия	Личностные характеристики	Цели и тип реагирования	Патология	Точки- ключи	Резо- нансный звукоряд
Цань — — —	Чун май	Металл	Жесткость, напористость, сила, царственность. Высокая самооценка, эгоизм.	Самовыражение, самоутверждение. Напряжение. «Сияние». Лидерство. Стремление к славе. Жесткость, регидность.	Легких. Головы, лица. «Дверь ума не может открыться». Вторично – патология связок, костей	RP4	До диэз Соль диэз Фа диэз
Гень — — —	Инь- вей май	Земля	Интеллектуальность, знания. Мощь, храбрость, замкнутость.	Активное накопление ресурсов, физических, материальных, интеллектуальных. Стремление к покою, отшельничество.	Патология стихии «Земля»: желудка, селезенки – поджелудочной железы. Нарушения пищеварения, веса. Остановка Ци к четырем конечностям, голове, груди.	MC6	Фа Ре Ля диэз
Кунь — — —	Инь- цзяо май	Земля	Повиновение, исполнение, мягкость, слабости, нерешительность, послушность. Скупость, жадность.	Пассивное накопительство, больше материальных ресурсов. Партнерство, брак, материнство.	Нарушение жирового обмена, патология пищеварения, желудка, поджелудочной железы. Патология фертильности.	R6	Фа Ре Соль
Ли — — —	Жень май	Огонь	Веселость, бесшабашность. Подвижность ума, удачливость. Духовность.	Гиперактивность, веселье. Снижение критики и самокритики. Стремление к учению и духовной трансформации. Стремление к славе и величию.	Истощение ресурсов. Патология сердечно-сосудистой системы. Болезни жара, в т.ч. легких. Головные боли, эпидемический энцефалит.	P7	Соль диэз Фа До
Кань — — —	Ян- цзяо май	Вода	Сила, ловкость. Скрытность, хитрость. Способность обрабатывать и структурировать информацию.	«Серый кардинал». Не стремится к публичной славе. Действует скрытно, склонен к интригам. Осторожность.	Фобии, депрессии. Болезни почек, ушей, поясницы. Болезни холода, в т.ч. сердца. Отеки, болезни крови. Спастические состояния, в т.ч. эпилепсия. Хронизация патологических процессов.	V62	Соль Фа диэз Ре
Дуй — — —	Ду-май	Металл	Духовное самосовершенствование: Духовные поиски с эзотерической направленностью. Любовь к детям. Стремление к чистоте, порядку. Пунктуальность, педантичность.	Самоутверждение через достижение славы детьми. Педантичность, пунктуальность. Завершенность во всех делах. Клевета.	Нарушение усвоения и увлажнения Ци легкими. Болезни легких с отхождения мокроты. Удушье, кашель. Патология языка, рта, слюны. Менингеальные системы.	IG3	Ре диэз Соль диэз Фа
Чжень — — —	Ян-вей май	Дерево	Внешнее спокойствие при внутренней активности. «Действие среди неподвижности». При прорыве наружу – раздражение, гневливость. Генерал, составляющий планы, издали сражением.	Стратегическое планирование, управление. Формирование ресурсов, в т.ч. семьи, как плацдарма для дальнейших действий.	Отвечает за здоровье, молодость, процветание. Плавность и гармоничность печени. При патологии – застой Ци печени. Раздражение, гнев, тревожность, беспокойство. Болезни печени, ног.	TR5	До диэз Соль Фа
Сюнь — — —	Дай май	Дерево	Подвижный, активный, мягкий. Неконфликтный. Спонтанный, изобретательный.	«Веселый натиск». Подобно ветру проникает во все места. Достижение богатства, получение дохода, в т.ч. от государственных должностей.	Нарушение движения Ци к четырем конечностям. Синдром ветра: параличи, парезы, головная боль, головокружения, тики, глухота. Кожный зуд, экзема. Боли в суставах ревматоидного характера. Боли в боках и ногах. Метеоризм. Патология желчного пузыря.	VB41	Фа До диэз Ля диэз

**Характеристика бинарных функциональных систем ЧК  
и соответствующих им внутренних конфликтов. По [1]**

БФС	Избыток	Недостаток	Внутренний конфликт
Цань-Гень	Активное накопление материальных и интеллектуальных ресурсов, дающих ощущение «мощи», и их активная реализация для достижения признания путем самовыражения, и получения лидерства.	Невозможности или нежелание накопления ресурсов и достижения лидирующих позиций, самоутверждения и самовыражения.	Конфликт между усилиями по накоплению ресурсов и их расходом в процессе обретения и поддержания признания, лидерства путем самовыражения, творчества.
Кунь-Ли	Усиленное веселое накопительство материальных ресурсов, в т.ч. в виде семьи, позволяющее активно тратить их, в том числе, с целью достижения общественного признания.	Невозможность или нежелание накапливать и тратить материальные ресурсы.	Конфликт между накоплением и тратами материальных ресурсов.
Кань-Дуй	Активное построение карьеры, как способ духовного роста, а также, условие воспитания детей. Духовный рост и/или формирование детей как способ построения карьеры.	Отсутствие построения карьеры, безразличие к детям, духовному росту.	Конфликт между построением карьеры и воспитанием детей. Между карьерой и духовными исканиями.
Чжень-Сюнь	Богатство идей. Активная и удачная их реализация. Активное сочетание стратегии и тактики в процессе активной экспансии.	Отсутствие планов, безынициативность. Бедность идеями. Пассивность, нежелание действовать.	Конфликт между идеей и исполнением, планами и реализацией. Между покоем и активностью.

– либо происходит коррекция ФС и процесс достижения выбранной цели повторяется;

– либо делается вывод о невозможности достижения избранной цели, и тогда организм заменяет эту цель какой-либо другой.

Достижение или не достижение потребности сопровождается *эмоцией* (соответственно, положительной или отрицательной).

Сам целостный организм может рассматриваться как ФС (целостная ФС), состоящая из ФС более низкого уровня.

В рамках ТКМ системы стихий и меридианов обладают всеми признаками ФС: источниками афферентации в виде соответствующих органов чувств и проприорецепторов соответствующих органов и тканей; точками приложения эфферентации в виде соответствующих тканей и систем, системами афферентного и эфферентного синтеза в виде органа и меридиана. Основной потребностью, удовлетворяемой стихией или АМ, является поддержание эталонного гомеостаза в *себе самом*. В теории ФС такие типы ФС широко известны и называются *гомеостатами*.

Таким образом, можно говорить о ФС уровня АМ и стихий, формирующих, соответственно, текущий и динамический гомеостазы [1].

Как известно из литературы, каждый ЧМ объединяет несколько ординарных АМ, и взаимно-однозначно соотносится с триграм-

мой (ТГ) [3, 5]. Каждой из этих триграмм наряду с ЧК соответствует свое время суток и года, географическое направление, климатические условия, определенный тип личности, социальный статус и тип занятий человека; характер ситуации и оптимальное для нее действие, включая определённые заболевания и характер их протекания [3,4].

В то же время, каждая ТГ соответствует определенной стихии, а в триграмме каждой черте (яо) также соответствует определенная стихия [5, 6]. Следовательно, каждый ЧМ объединяет, кроме нескольких ФС уровня АМ, еще и три ФС уровня стихий. Таким образом, можно говорить, что ЧМ, также как АМ и стихии, имеют все признаки ФС: источники афферентации, точки приложения эфферентации, блоки афферентного и эфферентного синтеза, соответствующие совокупности ФС АМ и стихий, которые они объединяют.

Как и в случае АМ и стихий, основной потребностью, удовлетворяемой ТГ, является поддержание собственного эталонного гомеостаза. В этом случае, однако, ввиду зависимости ТГ от временных, географических, социальных и других ситуационных факторов, речь идет о *хроносемантическом гомеостазе*. Следовательно, в случае ТГ мы имеем дело с ФС уровня ЧМ, формирующими хроносемантический гомеостаз организма. То есть, гомео-

стаз, параметры которого зависят как от *предполагаемых характеристик* моделируемого временного отрезка, так и от биологических и социальных задач, которые предстоит решать данному человеку на нем.

Поскольку каждой стихии соответствует своя нота звучания с обертоном, то каждой ТГ соответствует сложный гармонический ряд из трех нот и трех инструментов (обертонов). Говоря биофизическими терминами, ТГ описывает сложные колебательные характеристики [1].

В свою очередь, как известно [4, 5], ЧК объединяются в пары ФС ЧК и, путем объединения через связующие точки, формируют конституции Бинарных функциональных систем (БФС).

### Вектора влечений Л. Сонди и чудесные меридианы

Учение о ЧМ, как и вся теория ТКМ, формировалась в далеком прошлом. В более близкое нам время, на протяжении двадцатого века, бурно развивалась психология и психиатрия. Одним из ярчайших, но до конца не оцененных её представителей являлся Л. Сонди [7] – основатель метода «портретных выборов», ставшего основой теста и, соответственно, теории восьми влечений, переросшей в учение о судьбоанализе.

Суть метода заключается в предъявлении испытуемому серии портретов, на которых изображены люди с различными психическими заболеваниями. Всего предъявляется восемь попарно объединенных групп портретов: больные шизофренией – паранояльной и кататонической ее формами; манией и депрессией; эпилепсией и истерией; садисты и лица с нарушением сексуального поведения. У всех лиц, изображенных на портретах, имеется *выраженная наследственная отягощенность*.

То есть, такими же заболеваниями страдали их предки и близкие родственники. Следовательно, можно говорить о *явной генетической предрасположенности* этих лиц к данным заболеваниям.

Экспериментально было доказано, что лица с той или иной патологией, либо склонностью к ней, – например, при явной наследственной предрасположенности, – наиболее активно реагируют на портреты лиц с подобной патологией. Причем, как активно предпочитая, так и активно отвергая их. Это позволило Сонди говорить о генетической предрасположенности к тем или иным формам поведения и реагирования, вплоть до болезненных. Наблюдалась явная корреляция генетически обусловленных поведенческих реакций и фенотипа исследуемого. Тест Сонди и на сегодняшний день используется, причем весьма успешно, психологами и психиатрами. Хотя на Западе активнее, чем в России, что, на взгляд авторов, требует коррекции ситуации.

В результате своих исследований Л. Сонди расширил применение теста, рассматривая лица, представленные на портретах, как представителей одного из восьми «влечений», обусловленных определенной (основной) потребностью. Причем, эти восемь влечений группируются в пары. Получается четыре «парных» влечения с потребностями.

Примечательно, что, согласно разработкам Л. Сонди и его последователей, эти восемь парных влечений определяют не только простые поведенческие реакции, но и всю судьбу индивида. Зная относительную интенсивность восьми типов биосоциальных реакций, путем которых человек выбирает поведение и ответные реакции на благоприятные и неблагоприятные раздражители, можно описать его супруга или супругу, друзей, профессию, и даже его болезни и тип смерти. Последнее до-

Таблица 3

### Некоторые характеристики бинарных функциональных систем ЧМ и соответствующих им четырех парных векторов влечений (типов реагирования) по Л. Сонди

БФС	Чудесные каналы	Векторы влечений	Потребность
Цань-Гень	Чун май - Инь-вей май	P – пароксизмальный	Защита от опасностей и врагов бурным аффектом или этико-моральным поведением.
Кунь-Ли	Инь-цзяо май - Жень май	S – Сексуальный	В любви, продолжении рода. Активность – пассивность
Кань-Дуй	Ян-цзяо май - Ду-май	C – влечение к контактам	Поиск привязанностей.
Чжень-Сюнь	Ян-вей май - Дай май	Sch – Я влечение	Иметь и быть.

**Некоторые характеристики триграмм, соответствующих им чудесных каналов и соответствующих им восьми потребностей по Л. Сонди**

Триграм- ма Сумма ФС Ст.	Чудес- ный канал	Потребность	Потребность при избытке	Потребность при недостаточности
Цань — — —	Чун май	hу-фактор. Моральное поведение, привлечение внима- ния	Тщеславие, честолюбие выставление себя на обозрение.	Застенчивость, стремление прятаться. Формирование мораль- ных барьеров стыда и отвращения.
Гень — — —	Инь- вей май	е-фактор. Этическое поведение, самозащита накопле- нием и реализацией аффектов	Этическая цензура. Нравственность, кротость, доброта, милосердие.	Накопление и проявление грубых аффектов: ярость, ненависть. Нетерпимость.
Кунь — — —	Инь- цзяо май	h-Эрос-фактор. Сексуальная потреб- ность, любовь, женст- венность материнство	Персональная нежность, чувствительность, любовь. Стремление быть женщиной, матерью.	Зависимость, умиление. Пассивность или любовь ко всему человечеству. Коллективная нежность.
Ли — — —	Жень май	s- фактор. Агрессивная потреб- ность, мужествен- ность, отцовская забота. Деструкция и Танатос-фактор.	Активность, агрессия, завоева- ние либидозного объекта. Быть мужчиной. Садизм.	Жертвенность. Смирение и покор- ность до пассивности и мазохизма. Аскетизм, рыцарское поведение. Сублимация агрессии.
Кань — — —	Ян- цзяо май	d-фактор доверия- недоверия. Поиск, приобретение.	Поиск новых объектов и недоверие. Приобретение ценностей.	Постоянство. Доверие. Консерва- тизм. Отказ от приобретательства.
Дуй — — —	Ду- май	m-фактор привязанности и отделения.	Привязанность, цепляние. Доверие. Гедонизм.	Независимость, одиночество. Разрывы отношений. Разочарование и недоверие
Чжень — — —	Ян-вей май	P- фактор. Всемирность. Расширение сферы я – эгодиастола.	Стремление реализовать себя. Расширение я. Одержимость. Гениальность. Магические наклонности. Мания величия. Захват власти.	Чувство неполноценности. Обвинение других. Проекция бессознательных побуждений на внешний мир. Сопричастность: единство и равенство с другими людьми или их обвинение.
Сюнь — — —	Дай май	k-фактор. Обладать, иметь. Сужение сферы я – эгосистола.	Присвоение объектов. Рацио- нализм, материализм. Эгоизм, эгоцентризм, нарциссизм.	Отказ, отрицание своих желаний. Подавление, вытеснение и обесце- нивание идеалов. Адаптация к реальности и коллективу.

кументально подтверждено многочисленными исследованиями, в том числе, проведенными самим Л. Сонди.

Многолетнее применение теста Л. Сонди самим автором и его последователями доказало не только его жизнеспособность, но и жизнеспособность самого подхода, который явно оказался не случайным, а, напротив, отражающим объективные закономерности функционирования психофизики человека, имеющие генетическую основу [8, 9].

Авторами обнаружено большое количество совпадений между описаниями характеристик

ЧМ и их пар (с учетом разработок авторов) и описаниями четырех пар и восьми влечений по Л. Сонди, – несмотря на то, что эти структуры были описаны в разное время, разными языками и для различных целей. Это говорит о неслучайном выборе восьми базовых ФС, объединенных в четыре пары. Применение авторами системного понятийного аппарата и частных аспектов судьбоанализа Сонди при выборе ЧМ, значительно упростило этот выбор, и повысило эффективность основанной на нем терапии, в силу возможности учета не только частных симптомов, но и психологичес-

ких и психофизических особенностей и социальных проявлений пациента (это является темой отдельной работы).

### ОБСУЖДЕНИЕ

Безусловно, в статье и приведенных таблицах описаны далеко не все личностные, психофизические и социальные характеристики влечений и потребностей по Л. Сонди. Этому посвящены целые книги. Но предварительный анализ позволяет говорить о том, что и древнекитайские врачи и психологи двадцатого века описывали одни и тех же системы организма, которые можно отнести к ФС. Следовательно, в частности, говоря о ЧМ, мы можем говорить об объективных, постоянно присутствующих в организме человека, хотя и функционирующей с различной степенью выраженности (в частности, нулевой, на уровне «фоновой» активности ситуационной среды!) ФС, обеспечивающих формирование его хроносемантического гомеостаза, обеспечивающего реализацию биосоциальных потребностей. Эти ФС и их баланс имеют генетическую основу, определяющую психофизические процессы и могут передаваться по наследству.

### ВЫВОДЫ:

1. Чудесные меридианы могут быть описаны как функциональные системы по П.К. Анохину, ответственные за формирование хроносемантического гомеостаза организма.

2. Каждому чудесному меридиану может быть сопоставлен определенный тип хроносемантического гомеостаза. Совокупность ЧМ определяет хроносемантический гомеостаз человека в целом: его характер и способности, психологические и социальные проявления, семью и детей, тип его болезней и даже смерти.

3. Имеется выраженная корреляция между древнекитайскими описаниями триграмм, соответствующих чудесным меридианам, и современными описаниями векторов влечения по Л. Сонди. Это позволяет говорить о том, что в обоих описаниях имелись в виду *одни и те же* функциональные системы организма, изученные в разные времена и разными способами. Применительно к ЧМ это показывает, в частности, постоянное присутствие их в организме человека и их генетическую основу.

4. Применение системного подхода, включающего анализ векторов влечения по Л. Сонди, для выбора подходящих для терапии ЧК способно значительно повысить ее клиническую

эффективность как в случае использования акупунктуры, так и биорезонансной терапии.

5. Необходимы дальнейшие исследования на стыке ТКМ и современной психологии, психофизиологии и психиатрии. В результате таких исследований как ТКМ, так и психология могут получить от них новые высокоэффективные подходы к коррекции психофизических нарушений.

### ЛИТЕРАТУРА

1. Бобров И.А., Готовский Ю.В., Мхитарян К.Н. Традиционная акупунктура с точки зрения современных теорий физиологии, патологии, и терапии. Сообщение 1. Методология традиционной акупунктуры в свете современной теории функциональных систем // Рефлексотерапия, 2003, №1 (4). – С.14–20.
2. Анохин П.К. Кибернетика функциональных систем // Избранные труды. – М., 1998. – 400 с.
3. Числа превращений дикой сливы мей-хуа. Антология древнекитайской эзотерики. – Изд. «AirLand», 1993. – 212 с.
4. Шамфро А. Трактат по китайской медицине. Том 5. – Изд. «Старко», 1997. – 288 с.
5. Реймонд Ло. Фен шуй и анализ судьбы. – Изд. «София», 1997. – 224 с.
6. Фалев А.И. Классическая методология традиционной китайской Чжень-Цзю терапии. – М.: ПРОМЕТЕЙ, 1991. – 1999 с.
7. Сонди Л. Судьбоанализ. – Изд. «Три квадрата», 2007. – 480 с.
8. Николаев В.И. Тест Сонди. Практическое руководство. – Изд. «Когито-Центр», 2007. – 149 с.
9. Собчик Л.Н. Метод портретных выборов. – Изд. «Речь» 2003. – 128 с.

#### Адрес автора

Бобров И.А., заведующий отделением рефлексотерапии ООО «Лейб-медик»  
drbobrov@mail.ru