

Оглавление

Рецензии на книгу	7
Предисловие	11
Карантин: как всё начиналось	22
Пандемия — урок или случайность?	29
Что такое коронавирус?	35
Летучие мыши	37
Как сбежал вирус?	44
Теории заговора	46
Беги, вирус, беги!	50
Никогда такого не было, и вот опять	54
Как изменился мир	57
Свой-чужой	58
Всемирный эксперимент	66
«Белый лебедь» или «чёрный лебедь»?	77
Глобализация на «стоп»	80
Русский «авось»	89
Великий уравнитель или «расслоитель»?	94
Как изменился экономический ландшафт	98
Как изменился человек	106
Социальная ответственность	107
«В деревню»	112
Возвращение к семье и истокам	118

Осознанность	119
Конец эпохи потребления	122
Новая близость	126
Цифровая зависимость	136
Какие проблемы показала пандемия?	145
Роль учёных	147
Массовый психоз.	153
Служка и прозрачность	158
Экология.	164
Футурология: возможные сценарии развития.	
Усвоим ли мы урок?	174
Роль искусства	186
Что делать сегодня, чтобы быть успешным	
и счастливым завтра	197
База	198
Адаптивность: насколько она важна	
во времена неопределённости	205
Любопытство, эмпатия	
и эмоциональный интеллект	210
Заключение.	218
Благодарности	221

Рецензии на книгу

Михаил Зыгарь, журналист, писатель, автор книг «Вся кремлевская рать» и «Империя должна умереть»

Российская журналистика часто бывает сфокусирована на прошлом. В России не принято говорить о будущем — это сложно. Многим кажется, что строить прогнозы или наивно, или провокативно, или глупо, или гарантированно бессмысленно. При этом именно в разговорах о будущем рождаются новые смыслы. Именно в планах на завтра рождается образ будущего, который мы творим своими руками. Софи́ко — редкий журналист, которая устремлена в будущее, которая о нем думает, о нем говорит, о нем волнуется. А значит, будущее за ней.

Юрий Сапрыкин, журналист, руководитель проекта «Полка»

Софи́ко Шеварднадзе провела несколько месяцев в самоизоляции — точно так же, как и мы, ее зрители и читатели, — но использовала это время гораздо лучше, чем большинство из нас, ее читателей и зрителей. Так же, как мы, она переживала из-за того, что привычный ритм жизни оказался нарушен, мучилась из-за неопределённости, тревожилась о будущем, даже немного болела: обо всём этом вы прочтаете подробнее на страницах этой книги. Но, в отличие от большинства из нас, она успела поговорить за эти месяцы с самыми блестящими

и пронизательными людьми, которые могут объяснить, что с нами происходит и чего ждать дальше, а потом сделала из этих разговоров книгу, которую вы и держите сейчас в руках (или, может быть, видите на экране).

Эта книга, прежде всего, лирический дневник обычного человека, переживающего совершенно неординарную ситуацию. В тех событиях, надеждах и страхах, о которых пишет Софико, любому читателю легко узнать себя: да, мы точно так же волновались за здоровье близких, спешили к ним через стремительно закрывающиеся границы, отменяли уже готовые планы и строили новые, чтобы потом снова их отменить, искали (и находили) у себя самые пугающие симптомы, боролись с внезапно навалившимся сном в течение дня, с бессоницей — ночью и с тревогами в любое время суток, учились работать, дружить и влюбляться в зуме, пытались угадать, что ждёт нас дальше. Наверное, когда-нибудь по этой книге мы сможем вспомнить, что происходило с нами в это странное время. Важное и существенное отличие заключается лишь в том, что у Софико Шеварднадзе в этой неординарной ситуации были очень необычные собеседники: вирусологи и художники, экономисты и футурологи, нобелевские лауреаты и авторы интеллектуальных бестселлеров. И пока автор проживает эти тревожные месяцы, герои её интервью объясняют, что с нею и с нами происходит.

То, что они говорят, можно свести к нескольким простым тезисам. Во-первых, пандемия — это не результат заговора миллиардеров во главе с Биллом Гейтсом и не изобретение сумасшедшего учёного: это естественное следствие того, как устро-

ен современный мир, с его перенаселёнными мегаполисами, открытыми границами, тысячами людей, которые ежедневно перемещаются с континента на континент, и тут же встречаются другие десятки тысяч на стадионах, уличных праздниках или научных конференциях. При такой конфигурации общества уберечься от разрушительных эпидемий невозможно: победим эту, придёт другая. Во-вторых, внезапно обрушившаяся пандемия — лишь один из факторов глобальной нестабильности: сложность современной цивилизации достигла такого уровня, что главным навыком в этом мире становится умение мириться с непредсказуемым, обходиться с неопределённым и постоянно меняться на ходу. Один из героев этой книги Николас Нассим Талеб назвал это умение «антихрупкостью»: нужно научиться таким навыкам и качествам, чтобы внешние воздействия и глобальные катаклизмы — вроде переживаемой нами пандемии — не могли бы разрушить нас (наши проекты, наши компании, наши сообщества), чтобы мы, столкнувшись с ними, готовы были измениться в ответ. В третьих, в результате пандемии (как этой, так и возможных будущих) мир точно станет меньше. Не таким глобальным, не таким прозрачным и проницаемым, не таким единым. В нем будет меньше трансконтинентальных перелетов, в нем придется меньше думать о судьбах человечества и больше — о сегодняшнем дне своего города, в нем необходимо будет делегировать принятие решений с глобального или общенационального уровня на уровень отдельных городов, регионов или сообществ. И успех в этом новом мире придет к тому, кто увидит в этом новом мироустройстве не

ограничения, но возможности — будь то возможность лучше узнать свою страну, ограничить ненужные общения, заняться новыми онлайн-проектами или сосредоточиться и лучше разобраться в себе.

И, наверное, самый обнадеживающий итог этих разговоров: в этом стремительно меняющемся мире по-прежнему есть эксперты, понимающие суть этих изменений, а также в том, что любознательный и неленивый человек, в какой бы точке мира ни застал его карантин, способен добраться до этих экспертов, задать им правильные вопросы и рассказать об этом своим читателям. Попутно показав на своём примере — и на примере книги, которую вы видите перед собой, — что понятные и достижимые цели помогают справиться с унынием, а режим дня прекрасно помогает от тревожности.

Жизнь продолжается. Мы не одни.

Предисловие

Пятнадцать лет я была политическим интервьюером. Кульминацией моей карьеры стало пленарное заседание Петербургского международного экономического форума. Раньше ни одному отечественному журналисту вести подобное мероприятие не поручали, всегда приглашали западных звёзд. А я модерировала беседу, в которой приняли участие президент России Владимир Путин, президент Китая Си Цзиньпин, генеральный секретарь ООН Антониу Гутерриш и главы ещё трёх государств. Это был один из самых интересных и важных опытов в моей жизни — четыре часа общаться с людьми, по сути творящими историю современного мира.

Форум разделил мою жизнь на «до» и «после», но совсем не в том ключе, в котором я ожидала.

Прошла заслуженная эйфория, мои пять минут славы. Я успокоилась и стала вспоминать, как провела последние несколько месяцев, как готовилась,

конспектировала, читала, сколько сил тратила. Вокруг предстоящего события строилась вся жизнь, я была максимально сконцентрирована, спала по три-четыре часа в сутки. Состояние, немного похожее на влюблённость. Я превратилась в клубок из энергетически накалённой проволоки.

Но вот клубок распустился, я расслабилась и две недели проспала. Так я всегда справляюсь со стрессом: когда умерла любимая бабушка, то вообще три недели не вставала с постели.

Наступило чудовищное опустошение, как это часто бывает после грандиозных проектов. Я как будто сошла с эмоциональных американских горок, где перед каждым спуском у меня перехватывало дыхание. Кто же знал, что скоро начнёт задыхаться весь мир.

Я поняла, что потратила столько энергии и внутреннего ресурса при подготовке к форуму... и мне захотелось более осязаемых результатов! Изменилось ли что-то после этого, безусловно, интересного и насыщенного обсуждения? Не думаю. Когда взвешиваешь уровень отдачи и то, что остаётся в сухом остатке, приходится быть с собой честной. Да, я хорошо провела сессию, я войду в историю как первый российский журналист, который её модерировал, и что? Этого просто недостаточно.

Не хочу показаться неблагодарной и искренне считаю, что мне невероятно повезло. Получилось дока-

зять и себе, и другим, что я — отличный модератор. Но результат был несоразмерен тем ресурсам, которые ушли на подготовку. Если уж на чём-то так сильно концентрироваться, отдавать всю себя, пусть это будет нечто, что по-настоящему изменит мир.

Под «изменить мир» я не имею в виду что-то громадное и пафосное, нет. Чтобы быть героем, достаточно делать то, что в твоих силах в данный момент, например, перевести пожилую женщину через улицу. Именно так и меняется мир. И мне хотелось сделать максимум из того, что я реально сейчас могу.

Политика в той форме, в которой она существует, уже не успевает за быстро развивающейся реальностью. Я наблюдаю некий дисбаланс. Какими бы успешными ни были политические лидеры, они действуют по правилам, которые не обновлялись со времён холодной войны. Может быть, это странно прозвучит от человека, который вырос в семье крупного политика, но я так чувствую. Чувствую, что все эти новые холодные войны между Россией и Америкой или между Америкой и Китаем, неужели они важны, когда тебе говорят, что через сто лет, — а это как бы не так уж и много, это про твоих правнуков — уже нечем будет дышать и негде будет жить? И вроде кто-то как-то реагирует, потому что не комильфо не реагировать, но, по большому счёту, эта повестка играет роль даже не второго плана, а растворяется в массовке. Такие во-

просы, как прогноз погоды, всегда где-то в конце. И это в то время, когда уже произошла четвёртая индустриальная революция и мир стал свидетелем невиданного технологического прорыва. Государства продолжают качать нефть, продолжают вооружаться и разоружаться, вести гибридные войны. Главы основных мировых экономик в силу возраста существуют в другой парадигме: мой регион — твой регион, где проходят границы... Кому сегодня это важно, если самая главная проблема, перед которой стоит мир, — нехватка чистой питьевой воды?

То есть за последние двадцать лет мы все стали жить по-новому. Но вместо благотворного влияния инновационных технологий на эволюцию человечества, мы получили возрастающую разницу между бедными и богатыми. Никогда ранее в мире столько людей не голодало.

Сколько бы я ни провела панелей с главами государств, ничего не поменяется. Мне показалось, что если начать говорить с людьми, которые реализуют проекты, меняющие конкретные жизни, это будет созидательнее, чем просто брать интервью у политиков. Хороших политических интервьюеров и так много, обойдутся без меня.

Тогда я пошла искать ответы у визионеров, и уже год беру интервью у лучших умов современного человечества: учёных, нобелевских лауреатов, деятелей

культуры. Я переделала свою авторскую программу из «СофиКо» в «СофиКо.Визионеры». Что значит новая приставка? Под этим словом я подразумеваю человека с особенным видением, лидера или даже пророка в своей отрасли.

Пленарное заседание прошло в конце мая 2019 года, а в конце июня я уже сделала промо для программы нового формата. Эта передача шла на канале «Россия сегодня» на английском языке, и тогда я подумала, что важно делать нечто подобное и на русском, в российском пространстве, так запустилась передача «Просто о сложном» на «Яндекс.Эфир».

Я с изумлением обнаружила, что почти все, кто меня окружает, тоже были в поисках контента именно с визионерами. И с тех пор, если честно, само слово стало избитым и для кого-то звучит пафосно, расплодились шарлатаны. Но, тем не менее, люди с видением, способные чувствовать будущее, они точно есть. Визионеры мыслят иначе, смотрят глобально и видят шире, у них есть ответ, как обуздать волну современных вызовов.

Я как будто предчувствовала, что должно произойти нечто важное. И когда началась пандемия, выяснилось, что большинство интервью так или иначе оказались пророческими. Мои собеседники в программе «СофиКо.Визионеры» предсказали те события, с которыми мы столкнулись сегодня. Но всего несколько лет

назад их слова казались чем-то маловероятным или даже невозможным.

Например, меня поразила отрывок из интервью с Нассимом Талебом, автором бестселлера «Чёрный лебедь. Под знаком непредсказуемости», когда я его пересмотрела в сегодняшней реальности: «Я был удручён тем, как мир отреагировал на вирус Эбола. Меня опечалила беззаботность людей. Они не понимают, что такие угрозы необходимо подавлять в зародыше, а не ждать, пока заболевание распространится. Меры по снижению риска требуются более активные. Нужно собраться и сказать: “Итак, если появится ещё один вирус, подобный Эболе, как мы будем с ним бороться?” Если завтра произойдёт чрезвычайная ситуация, вспыхнет заболевание, мы к ней не подготовлены».

Когда я увидела, как большинство моих программ резонируют с тем, что происходит сегодня, я поняла, что просто обязана поделиться знаниями, приобретёнными за это время. И своей историей, и идеями визионеров, с которыми мне повезло пообщаться.

В книге я собрала важные мысли наших значимых современников о том, как пандемия изменила мир. Это разговор о проживании кризиса, о том, какие этапы мы проходим в «Третьей мировой войне», и что нас ждёт. Она обо мне, о вас и важных выводах, к которым нас подтолкнула пандемия, на каком бы континенте мы ни на-