

20 дней – не такой уж, если задуматься, большой срок. Чуть больше половины месяца
а , но
все
же
меньше
месяца
.
Да
у
некоторых
отпуск
дольше
длится
", -
скажете
вы
.
Согласимся
,
срок
невелик
.
Но
все
же
в
отношении
некоторых
вещей
20
дней
весьма
ощутимый
промежуток
.
Мы
задались
вопросом
"А без
чего
можно
прожить
20
дней
?" И
сразу

же
после
- "А без
чего
прожить
нельзя
?"
Обнаружили
,
должны
вам
сказать
,
массу
интересного
.

20 дней без воды (нет)

Исследования в этом направлении проводил американский физиолог Е.Ф. Адольф. По
итогах
опытов
он
пришел
к
выводу
, что
максимальная
продолжительность
пребывания
человека
без
воды
в
значительной
мере
зависит
от
температуры
окружающего
воздуха
. Так, при
средней
температуре
19-26

градусов
человек
может
прожить
без "
живительной
влаги
"

до
10
суток
. Это в
лучшем
случае
.

В среднем человек выдержит

20 дней без еды (да)

Бытует мнение, что человек может жить без еды неделю. Не знаем, откуда взялись эти странные сведения , но с ними наверняка сможет поспорить американка Эйлен Джонс , страдавшая (когда-то !) ожирением и под наблюдением врачей обходившаяся без еды 119

дней

.

Исключение

составляет

лишь

то

, что она

каждый

день

выпивала

по

3

литра

воды

и

получала

уколы

витаминов

. В

результате

со

143

кг

она

похудела

до

81 и

чувствовала

себя

при

этом

прекрасно

.

Впечатляет, не правда ли? Но это скорее исключение из правил, чем правило – в сре

днем

человек

может

обходиться

без еды

около

40

дней

, а

отсюда

:

не
кушать
20
дней
-
не
составит
особого
труда
.
Правда
,
нельзя
забывать
о
возможности
возникновения
проблем
со
здоровьем
.

20 дней без общения (да)

В знаменитой книге американского психолога Эрика Берна "Игры, в которые играют люди

.
Люди
,
которые
играют
в
игры
"
есть
интересное
утверждение
о том, что без
социума
человек
жить
не
может
. Так, к
слову
,

считали
многие
социологи
и
социальные
психологи

,
признанные
мастера
своего
дела

.
Общение
,
говорили
они,
есть
потребность
человеческого
организма

.

В

действительности

все

зависит

Проще говоря, в 20 сутках без общения нет ничего сверхъестественного, причем, да

же
для
склонных
к "
показушничеству
"

психотипов

.
Все-таки

это
не
слишком
большой
срок

.
Некоторые
монахи

дают
обет
молчания
и всю
жизнь
ни
с кем
не
разговаривают
.

Интересно, что на многих курсах общения преподаватели дают задание ученикам молчать
день
, три дня,
неделю
, так как
существует
правило
: "Чтобы научиться общаться,
нужно
прежде научиться слушать других".

20 дней без секса (да)

Зигмунд Фрейд писал, что абстиненция (т.е. воздержание – сознательное или в силу каких-то внешних причин, например, неблагоприятных условий существования) невыносима. Основатель психоанализа был убежден, что сексуальное влечение – это проявление врожденной психической энергии (у Фрейда – "либидо"), и эту энергию необходимо выплескивать, иначе замкнутость, депрессия, а там и до суицида рукой подать.

Намеренный отказ

сексуальной жизни в угоду какой-то жизни

20 дней без интернета (парадокс, но – да!)

Когда 12 декабря 1991 года заработал самый первый в мире американский веб-сервер, люди вполне себе представляли жизнь без интернета. Книги и учебники можно было найти в библиотеке, а расписание поездов – с помощью стационарного телефона. Теперь это и многие другие вещи делаются только через интернет. Медики говорят даже о появлении новой болезни – интернет-зависимости, которая способна любого нормального человека превратить в психопата.

Эта болезнь касается в основном постоянного "подвисания" в разного рода социальных сетях или онлайн-играх, но и интернета в целом, как явления – тоже. Практика показывает, что обходиться без интернета и спокойно переносить такую ситуацию могут очень немногие жители современных городов. Несмотря на это, в ситуации вынужденного отвлечения – например, отпуска – эта зависимость пропадает. Но по возвращении она так же быстро появляется вновь.

20 дней без сна (нет)

Рекорд бессонницы принадлежит американцу Роберту Макдональдсу - он продержался без сна 453 часа (почти 19 суток) и попал в Книгу рекордов Гиннесса. Но среднестатистический человек, с невероятными усилиями, способен продержаться не более 3-4 суток.

.

Без особых усилий не спать можно около 2 суток – эта ситуация, полагаем, знакома многим по экзаменационной сессии: ночь не спишь, зубришь, потом приходишь, сдаешь, и вот тут-то можно , кажется, пойти домой и лечь спать, но неожиданно друзья зовут в клуб ("А как же отмечать?"), и вы думаете: "Действительно, почему бы и не расслабиться?". В совокупности получается как раз двое суток без сна или даже чуть больше . Но 20 суток – и речи быть не может , если только вы не инопланетянка со сверхспособностями.

20 дней без косметики (да)

Для многих девушек такой срок покажется невозможным. Это и неудивительно, учитывая, что некоторые представительницы прекрасного пола не могут даже за хлебом в магазин выйти ненакрашенными. А между тем давать лицу отдыхать - полезно.

Часто все проблемы с кожей

от

плохого, а

[макияжа](#)

20 дней без любви (да)

Некоторые романтические особы уверены, что 20 дней без любви – это не жизнь, а так, существование. Возможно, для отдельных личностей все так и есть

,
но
если
говорить о нас с вами, рядовых представительницах рода человеческого

,
то
20
дней
без любви – нормальный
срок
. Можно утверждать
даже
, что это
срок
оптимальный для перерыва между отношениями (период
от
любви

до
любви). Как раз хватит времени, чтобы ощутить
себя
свободной и независимой,
но
вместе с тем, чтобы успеть соскучиться
по
нежным объятиям и комплиментам в свой адрес. А подытожим так: 20
дней
без любви – легко, 21
день
– уже затруднительно.

Иллюстрации с сайта: © 2011 [Thinkstock](#) .