

18+

ГЕННАДИЙ ХАРЛАМОВ



БЕБЛАМОВ

Геннадий Харламов

**Безглась**

«Издательские решения»

## **Харламов Г.**

Безглась / Г. Харламов — «Издательские решения»,

Человек, уставший от города и собственной тревоги, покупает дом в глухой деревне. Тишина, лес, покой — всё, о чём он мечтал. Но вскоре он замечает, что соседи странно на него смотрят, по ночам в снях раздаются шаги, а в лесу появляется свежая могила с его именем. Дом, который должен был стать спасением, начинает задавать вопросы, на которые у него нет ответов. И чем глубже он в них вникает, тем яснее понимает: некоторые двери лучше не открывать. Даже если они внутри тебя.

© Харламов Г.

© Издательские решения

# Содержание

Глава 1. Не в ресурсе	6
Глава 2. Мозгоправ	11
Конец ознакомительного фрагмента.	20

# Безглась

Геннадий Харламов

© Геннадий Харламов, 2026

ISBN 978-5-0070-3153-0

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Безглась.

Пролог

Я до безумия обожаю личные границы! Это просто какая-то моя настоящая, почти болезненная страсть. Честно говоря, я уже и не помню, откуда вообще это во мне взялось, когда и при каких обстоятельствах проснулась такая вот особенность. Но, знаешь, это и неважно совершенно. Для меня абсолютно не играет роли, о чем именно идёт речь: будь то цена за заказ, которую мне называет мастер, будь то гарантия на товар, купленный в интернете, или срок, отведённый на гарантийное обращение, — во всём этом я чувствую ту самую невидимую, но железную черту.

Одна из моих самых главных, самых святых границ звучит просто: не лезть в личное и в прошлое. Ни в чужое, ни в своё, кстати, тоже. Я сам никогда не лезу в чужую жизнь — меня просто тошнит от мысли, что я могу кого-то потревожить, расспросить о том, о чём меня не просили. И ровно так же я никому не позволю залезать в мою. Вообще ни под каким предлогом. Это как закон: моя территория — мои правила.

Думаешь, что на этом мой рассказ можно заканчивать? Ха! А вот и нет. С этого момента он только начинается. И знаешь что? Пишу я тебе эти строки прямо из леса, где сейчас гуляю, глубоко дышу, наслаждаюсь свежайшим воздухом, смотрю на деревья и чувствую, как голова становится чище. Если ты вдруг ждёшь, что в моём рассказе будет расписана вся моя жизнь по полочкам: мол, родился, потом рос, потом учился, потом женился и всякая прочая мерзость в этом духе, — то можешь прямо сейчас взять эту книгу и сжечь её к чертям собачьим. Серьёзно. Прямо на этом моменте. Дальше даже не читай, не трать время.

Но если ты всё же действительно хочешь узнать мою историю — а она, поверь, перевернула моё представление обо всём на свете с ног на голову, то тогда постарайся не просто пробежаться глазами, а реально вникнуть и вдуматься в каждую строчку. Смотри в оба. Возможно, ты заметишь какие-то странные вещи гораздо раньше, чем их заметил я. А я, как дурак, долго не понимал, что к чему.

## Глава 1. Не в ресурсе

Вернемся на несколько месяцев назад, именно туда, где всё это безумие впервые и началось. Тогда я еще жил в большом городе — ну, знаешь, таком типичном мегаполисе, где с утра до ночи стоит сплошной гул: шум машин, бесконечные очереди в метро, пробки на каждом перекрестке, вечная суета, от которой голова идет кругом. Но вот что смешно — для меня вся эта жизнь давно превратилась просто в красивую картинку за окном. Я смотрел на нее, как на немое кино, потому что сам в этом котле почти не варился. Моим мирком была крошечная студия в спальном районе, которую я снимал уже около десяти лет у одной очень милой пожилой пары. Они когда-то купили эту квартиру как инвестицию. Просто вложили деньги и забыли. За все время они наведались ко мне всего два раза, а последние лет пять и вовсе обитали где-то на юге, у самого моря, и, судя по всему, прекрасно там жили без лишних хлопот. Я, со своей стороны, всегда платил вовремя, ни разу не задерживал, не шумел, не устраивал пьянок, не приводил толп гостей. А они, в свою очередь, никогда не врывались сюда как к себе домой с проверками или внезапными визитами. Одним словом — всех всё более чем устраивало. Тишина, покой и полное уважение к чужим границам.

Когда я только переехал в эту квартиру, она была почти пустой. Голые стены, минимум всего. И знаешь, что самое забавное? За все эти годы я почти ничего здесь не поменял. Совсем ничего. Любовь к минимализму брала свое, хотя, если честно, сейчас я уже понимаю, что это была не столько любовь, сколько удобное оправдание. Именно так я оправдывал перед самим собой свое полное нежелание покупать что-то лишнее, ненужное, зачем-то занимающее место. Вся мою мебель и технику можно было запросто уместить в одну короткую строчку. Вот она, слушай: холодильник, настольная плитка, микроволновка, стол, стул, диван. Всё! Да, именно всё. Больше ничего. Ах да! Чуть не забыл, есть еще кое-что. Самое главное, без чего я бы просто не выжил — это комфорт для работы. Я говорю о кондиционере и плотных шторах. Таких, знаешь, тяжелых, светонепроницаемых. По щелчку они превращали мою небольшую студию в абсолютный мрак. Темнота, тишина и прохлада — вот моя стихия.

Работал я из дома, сам на себя. Никакого начальства, никаких «приходи к девяти», никаких душных офисов. Просто брал заказы, выполнял их и получал оплату. Что именно за заказы — не скажу, не забывай, личные границы! У нас же договоренность. От себя добавлю только одно: всё абсолютно законно, но до ужаса скучно и монотонно. Такая себе рутинка, от которой у нормального человека через неделю глаза бы на лоб полезли. Но знаешь, чего у меня не отнять, так это лени. Да, я ленив, и лень эта с каждым годом становилась всё гуще и тяжелее. Работай я на износ, паши как проклятый, я бы уже пару лет как жил в своей собственной квартире или даже доме — без съема, без аренды, сам себе хозяин. А так... я делал ровно минимум, лишь бы закрыть свои базовые потребности. А именно: оплата аренды, коммунальные услуги, интернет и еда. Последнее, кстати, я заказывал исключительно в уже готовом виде. Готовить самому? Боже упаси. Даже чайник включить было лень, не то что суп варить.

И вот так, шаг за шагом, последние лет пять я пребывал исключительно в аморфном состоянии. Это как быть медузой, которую просто носит течением. Мне было лень всё. Серьёзно, абсолютно всё. Лень готовить, лень убирать — у меня даже пыль накопилась какая-то эпическая, слоями лежала. Даже из дома выходить было лень. Хоть убейте меня прямо сейчас, хоть пытайте — я честно не помню, когда последний раз выходил куда-нибудь дальше собственной входной двери. Да что там далеко ходить — даже мусор в контейнер около подъезда выносили курьеры, и то за отдельные чаевые. Кто-то из них, конечно, отказывался, крутил

пальцем у виска, но большинство соглашались — пара лишних рублей никому не помешала. Именно в таком ключе и шла моя жизнь, как по накатанной колее. Проснулся ближе к обеду, закажу доставку сразу на весь день, чтобы больше не отвлекаться, позавтракаю, поработаю пару часов, не больше, потому что больше я просто физически не мог заставить себя, а потом... а потом я смотрел сериалы. Часами. Сутками. Я смотрел их так много и так подряд, что в какой-то момент мне даже начало казаться, будто сценаристы всего мира просто не успевают выпускать новые серии за моей скоростью просмотра.

Но кроме лени, меня преследовало еще одно отвратительное, липкое, как смола, чувство — скука. Самым обидным было то, что я никак не мог разорвать этот порочный круг. Ты даже не представляешь, как это бесило меня изнутри. Это было похоже на беговую дорожку вокруг огромного футбольного поля. Сколько ни беги, как ни собирайся с мыслями, как ни плюй себе под ноги от злости — всё равно начинается новый круг. И следующий. И еще один. И конца этому нет.

Знаешь, в чём самая большая проблема аморфного состояния? Оно кажется уютным. Как старое, просиженное кресло, в котором уже образовалась яма точно по форме твоей спины. Ты лежишь в этой яме, и тебе как будто бы хорошо. Свежо, темно, шторы задёрнуты, кондиционер жужжит свою бесконечную колыбельную. Но в какой-то момент ты понимаешь, что кресло — это на самом деле болото. И оно засасывает. Медленно, но верно.

Это понимание пришло ко мне не в какой-то великий момент озарения. Нет. Всё оказалось гораздо глупее и банальнее. Я как обычно сидел в своей студии, ковырял остатки риса с курицей из очередного контейнера для доставки и смотрел в монитор. На экране шёл какой-то сериал — уже даже не помню какой, потому что они слились для меня в один бесконечный, бессмысленный поток лиц и диалогов. И вдруг меня накрыло. Знаешь это чувство, когда стены начинают подъезжать к тебе? Медленно так, незаметно, сантиметр за сантиметром. Я вскочил с дивана — ну как вскочил, скорее сполз и оттолкнулся — и понял, что если я прямо сейчас не выйду на улицу, то просто задохнусь в этой коробке из гипсокартона.

Я стоял посреди комнаты, хлопал глазами и пытался сообразить, где вообще лежит моя уличная обувь. Честно? Я не был уверен, что она у меня есть. Кроссовки, которые я носил, когда переезжал, наверное, покрылись слоем пыли где-то в углу прихожей. Я нашёл их. Серые, запылённые, с какими-то подозрительными разводами. Обулся. На мне были домашние штаны и растянутая футболка, которую я не менял уже дня три. Но мне было плевать. Главное — вырваться. Я открыл дверь. Шагнул на лестничную клетку. И вот тут, если честно, меня чуть не вырубил. Не от запахов, нет, подъезд у нас был вполне себе обычный, пыльный, но терпимый. Просто само ощущение того, что я за порогом. Что там нет этих привычных стен моей норы. Я постоял секунд тридцать, прислушиваясь к себе. Сердце колотилось как бешеное. Ладони стали влажными. Пошёл. Сначала медленно, осторожно, будто наступал на минное поле. Каждый шаг давался с трудом. Я спустился на лифте — дождался его целую вечность, хотя обычно он приезжает быстро, просто я забыл, как это — стоять и ждать. Вышел из подъезда. Улица встретила меня ослепительным светом — даже через плотные тучи он казался мне лазером, бьющим прямо в сетчатку. Я зажмурился, постоял с закрытыми глазами, как идиот, потом проморгался и сделал первый шаг по асфальту.

До метро я решил не ехать. Во-первых, метро — это ад для человека, который полгода не видел больше двух людей одновременно. А во-вторых, я хотел пройтись. Хотя бы немного. Хотя бы пару кварталов. Но знаешь, что я понял уже через пять минут? Город — это громко.

Очень громко. Я как будто забыл, что там, за моими плотными шторами, есть звуки. Машины сигналият, где-то орет сигнализация, из открытого окна несётся музыка — какая-то попсовая дребедень, мимо бегут люди в наушниках, не глядя по сторонам, ребёнок орёт во дворе так, будто его режут, а мамаша на него шипит. Я шёл, втянув голову в плечи, и чувствовал себя героем фильма ужасов, который вышел на финальную битву, но забыл оружие дома.

Людей становилось всё больше. Я повернул к центру — зачем? Сам не знаю. Наверное, привычка. Когда-то, очень давно, в другой жизни, я любил просто бродить по центральным улицам, смотреть на старую архитектуру, заходить в крошечные кофейни, где пахнет корицей и зёрнами. Мне казалось, что я смогу испытать что-то похожее сейчас. Я ошибался.

Чем ближе к центру, тем плотнее становилась толпа. Люди текли мимо меня сплошным, неумолимым потоком. Я пытался встроиться в него, но у меня ничего не получалось. Я шёл либо слишком медленно, и меня обгоняли со всех сторон, либо слишком быстро, и я наткнулся на чьи-то спины, локти, сумки. Каждый случайный контакт вызывал во мне глухую панику. Когда девушка с рыжими волосами задела меня плечом и даже не извинилась, у меня внутри что-то оборвалось. Я остановился посреди тротуара, и меня понесло — в переносном смысле. В голове зашумело. Я почувствовал, как земля уходит из-под ног. Нет, это не обморок, это что-то другое. Это какой-то звериный, первобытный страх. Страх стаи. Страх быть затоптанным. Страх, что эти все люди, которые куда-то бегут, что-то обсуждают, смеются, орут в телефоны, — они меня раздавят. Просто не заметят и раздавят.

Я сделал глубокий вдох. Потом ещё один. Попытался вспомнить все эти дурацкие техники из интернета: «назови пять предметов вокруг, четыре звука, три тактильных ощущения» — бред, полный бред. Я видел только мельтешение. Слышал только какофонию. А ощущал я только липкий, противный страх, который растекался по животу, как холодный кисель.

Я всё же дошёл до центральной площади. Не спрашивай зачем. Наверное, из чистой злости. Я упрямый, знаешь? Если уж я решил, что дойду, я дойду, даже если меня будет трясти так, что зубы стучат. Я встал у фонтана — там было чуть посвободнее — и просто стоял, смотрел на эту бесконечную человеческую реку. Никакой красоты я не видел. Никакой архитектуры. Я видел только опасность. Миллион потенциальных угроз. Каждый незнакомец казался мне врагом. Каждый громкий звук — выстрелом. Да, это смешно. Да, это ненормально. Я сам это понимал. Но ничего не мог с собой поделать.

Я простоял так, наверное, минут десять. Может, пятнадцать. Время в тот момент шло как-то странно — то оно сжималось, то растягивалось до бесконечности. Ко мне никто не подошёл, никто не сделал ничего плохого. Парочка голубей поклевала крошки у моих ног. Прохожие так же шли мимо. Жизнь кипела и бурлила, как этот чёртов фонтан. И я в этой жизни был чужеродным элементом. Инеродным телом. Как камень, который попал в хорошо смазанный механизм.

И тут меня накрыла вторая волна. Уже не паника, а тоска. Такая глубокая, вязкая, безнадежная. Я понял, что я не просто испугался. Я понял, что я потерял связь. С этим миром, с этими людьми, со всем. Когда-то я был частью этой толпы. Я тоже куда-то бежал, кому-то улыбался, спорил о чём-то в кафе. А сейчас... сейчас я стоял как призрак. За стеклом. Отдельно. И мне было так одиноко в этой толпе, как никогда не было одиноко в моей пустой, тёмной студии. Парадокс, да? Дома ты один — и тебе нормально. А здесь тысячи людей — и ты чувствуешь себя последним человеком на Земле.

Я больше не мог там находиться. Ни секунды. Я развернулся и пошёл обратно. Нет, не пошёл — я почти побежал. Я петлял между людьми, как заяц между деревьями, лавировал, вжимался в стены зданий, обходил торговые палатки. Я не смотрел по сторонам. Я смотрел только вперёд — туда, где среди крыш маячили силуэты моих родных спальных районов. Туда, где было безопасно. Туда, где темно и тихо.

В какой-то момент я чуть не сбил с ног какого-то деда с авоськой. Он что-то крикнул мне вслед, кажется «глаза разуй», а может, и что покрепче. Я не обернулся. Мне было плевать. Мне было плевать на всё, кроме одной цели: вернуться. Закрыть дверь. Задёрнуть шторы. Сесть на диван. Выдохнуть.

Я влетел в подъезд. Сердце колотилось где-то в горле, дыхание сбилось. Лифт, как назло, ехал целую вечность. Я чуть не полез по лестнице. Потом всё-таки дождался. Зашёл в кабинку, нажал на свой этаж и прислонился спиной к холодной стене. Трясло меня так, что зеркала дрожали.

Ключ в замок я вставлял с третьей попытки, потому что пальцы не слушались. Когда дверь наконец открылась, меня встретил знакомый запах — пыль, старая еда, кондиционер и одиночество. Я шагнул внутрь, захлопнул дверь, задвинул задвижку и просто сполз по стене на пол.

Я сидел в прихожей, обнимал свои колени и смотрел на свои же грязные кроссовки. Из груди вырвался какой-то странный звук — не то смех, не то рыдание, не то просто конвульсия. Я погулял. Я вышел в центр. И ничего не случилось. Понимаешь? НИЧЕГО! Со мной никто не заговорил, меня не ограбили, не ударили, даже не коснулись всерьёз. Просто шумная улица и много людей. Это всё. А я сбежал оттуда, как поджавший хвост пёс, и теперь сижу на холодном полу в прихожей и трясусь, как осиновый лист.

Знаешь, что самое страшное? Не страх. Не паника. Не то, как колотится сердце. Самое страшное пришло ко мне минут через двадцать, когда я уже перебрался на диван, накрылся пледом и уставился в потолок. Это было понимание. Чёткое, как рентгеновский снимок. Оно такое: «С тобой что-то не так. Всё серьёзно. Ты болен, Данила. Не насморк, не грипп. Голова твоя больна».

Я понял это не сразу. Сначала пришла злость. Злость на себя — вот зачем я попёрся? Сидел бы дома, смотрел сериалы, и ничего бы не было. Ни страха, ни позора, ни этого унижительного бегства через весь город. Потом пришла апатия — ну и ладно, ну сходил и сходил, забуду через неделю, какая разница. А потом, сквозь всё это дерьмо, пробился слабый, тоненький лучик трезвости. Я понял, что не хочу больше выходить. Вообще. Никогда. Отпало всё желание напрочь. Я смотрел на входную дверь и испытывал то же чувство, что нормальные люди испытывают, глядя на клетку с тигром — интересно, но лезть туда не тянет совершенно.

И вот тут, в этой точке, когда желание выходить испарилось, как спирт с тёплой ладони, я вдруг осознал: «А ведь это не нормально. Это же совсем, абсолютно, клинически не нормально». Человек, который боится выйти на улицу в солнечный день, потому что там люди, — это же не «просто устал» и не «просто интроверт». Это что-то другое. Что-то, у чего есть название, что лечат таблетками и разговорами с дядькой в очках.

Я пролежал на диване до вечера. Не включал сериалы. Не работал. Просто лежал, смотрел в потолок и переваривал. И в какой-то момент я сказал себе вслух — да, вслух, в пустой комнате, потому что говорить больше не с кем: «Тебе нужен психолог. Как минимум. Как воздух. Как этот грёбаный кондиционер летом».

Сказал — и сам испугался своих слов. Потому что психолог — это же признание. Это же официально: «Я сломан». Это значит, что нельзя больше прятаться за «я просто минималист» или «меня всё устраивает». Не устраивает. Совсем не устраивает. Я болен своей собственной головой, своей ленью, своим страхом, своей студией, в которую превратился в добровольную тюрьму.

Я пока не знаю, пойду ли я к этому психологу. Честно. Потому что для этого нужно как минимум выйти из дома. А ты помнишь, чем закончилась моя сегодняшняя прогулка? Я прибежал домой, как нашкодивший кот. Но понимание — оно уже есть. И от него, знаешь, никуда не деться. Оно теперь со мной. Сидит где-то под рёбрами и шепчет: «Ты ненормальный. Но это можно исправить. Наверное, если, конечно, хватит смелости хотя бы попробовать».

А завтра? Завтра я закажу доставку. Потому что холодильник пустой. И потому что выходить на улицу я боюсь. Понимаю, что это неправильно, но боюсь. Какой позор, да? Взрослый мужик, а боится толпы на центральной площади. Но мне уже всё равно на позор. Мне нужно как-то выживать в этом новом для себя осознании. И, наверное, это и есть первый шаг. Не к выходу из дома. А к выходу из того болота, в котором я увяз за эти пять лет.

В общем, друг, вот такие дела. Хотел просто прогуляться, а пришёл к мысли, что мне нужна помощь.

## Глава 2. Мозгоправ

Утро наступило, как обычно, — никак. Я просто открыл глаза и понял, что уже не ночь. Шторы задёрнуты, кондиционер молчит, потому что я выключил его ещё вчера, когда замёрз под пледом. В комнате стоит та самая тишина, которая бывает только в пустых квартирах. Не знаю, замечал ли ты, но у тишины бывают разные оттенки. В моей студии — это густая, вязкая тишина, с лёгким гудением холодильника где-то на фоне. Обычно меня это успокаивает. Но сегодня почему-то давило.

Я лежал на диване и смотрел в потолок. Там, на белой поверхности, медленно плыли тени от проезжающих за окном машин. И думал. Думал о вчерашнем. О том позорном бегстве с центральной площади. О том, как я трясся в лифте. О том, как сказал себе вслух: «Тебе нужен психолог». Вчера это прозвучало как приговор. Сегодня... сегодня это звучало как вопрос. Ну, точнее так: «Мне правда нужен психолог? А может, я просто преувеличиваю? Может, все так боятся выходить на улицу после долгого сидения дома?»

Я даже залез в телефон — чисто для статистики. Открыл браузер, нашёл какую-то статью про агорафобию. Почитал. У меня аж холодок по спине пошёл, когда я узнал себя в каждом втором пункте. Страх открытых пространств? Ну, не то чтобы открытых, скорее людных. Страх потерять контроль? О да, это прямо в точку. Избегающее поведение? А это про то, что я мусор курьерам выношу. Я закрыл статью, потому что стало не по себе. Не от страха даже, а от точности попадания. Как будто автор статьи сидел у меня в студии последние пять лет и всё записывал.

Я отложил телефон, встал, пошёл на кухню. Заварил растворимый кофе — нормальный закончился ещё месяц назад, а заказать новый я, конечно, забыл или поленился, уже не помню. Сделал глоток. Пить это было невозможно, но я выпил, потому что хоть какая-то бодрость. И потом, чисто автоматически, открыл браузер снова. Уже без всякой цели. Просто привычка: утро, кофе, бесконечная прокрутка ленты.

И тут — бац. Реклама. Контекстная, понимаешь? Такая, которая вылезает именно под твои недавние запросы. Я вчера ничего не гуглил про психологов, но, видимо, моя утренняя статья про агорафобию сработала как триггер. Реклама была совершенно обычной, даже скучной. Без картинок с медитирующими людьми, без обещаний «изменить жизнь за неделю». Просто текст: «Онлайн-психолог. Помощь при тревожных состояниях, панических атаках, социальной изоляции. Первый разговор — ознакомительный. Дальше по договорённости». И кнопка. Обычная синяя кнопка с надписью: «Записаться».

Я смотрел на эту кнопку минуты три. Может, пять. Палец завис в сантиметре от экрана. И тут в голове зазвучали два голоса. Первый, мой обычный, ленивый: «Да брось, ничего у тебя не случилось. Просто не выспался. Закажи еду, посмотри сериал, всё пройдёт». А второй, тот новый, который появился вчера на полу в прихожей: «А если не пройдёт? А если станет хуже? Ты же сам видел, как ты бежал оттуда. Ты же взрослый мужик. Что дальше? Перестанешь выходить за посылками?»

Я нажал. Синяя кнопка поддалась. И понеслось.

Сайт оказался простым, почти минималистичным — это мне понравилось. Никаких анимированных баннеров, никаких «запишись сейчас и получи скидку». Просто список специалистов с фотографиями, кратким описанием и кнопкой «Выбрать время». Я начал листать. Мужчины, женщины, молодые, постарше. У каждого своя «фишка»: кто-то работает с парой, кто-то с детьми, кто-то с зависимостями. Я искал что-то конкретное. Не для пар, не для детей. Для себя. Для этого вот... состояния.

И тут я увидел её. Женщина. На вид лет сорок — плюс-минус, трудно сказать по фотографии, где все улыбаются отретушированной улыбкой. Волосы тёмные, собранные в пучок, глаза спокойные, внимательные. В описании было написано: «Специализация — тревожные расстройства, панические атаки, социофобия, работа с избегающим поведением». Бинго. Прямо в яблочко. Я прочитал это три раза, потому что не поверил. Такое впечатление, что кто-то свыше ткнул пальцем именно в неё. Или алгоритмы контекстной рекламы знают обо мне больше, чем я сам. Спорить не буду, и то и другое возможно.

Дальше я полез в отзывы. Я вообще скептик в этом плане — к отзывам отношусь как к необходимому злу. Понимаю, что половину могли написать сами психологи или их друзья, а другую половину — клиенты, у которых всё прошло как по маслу. Но я читал. Вчитывался в каждое слово. Отзывов было штук двадцать, и они... знаешь, они были какими-то живыми, что ли. Не прилизанные. С ошибками, с восклицательными знаками, с неловкими подробностями. Одна девушка написала: «Я пришла с паническими атаками в метро. Думала, что схожу с ума. Она меня слушала два часа и не сказала ни одной глупости типа „дыши глубже“. Просто слушала. И я впервые почувствовала, что меня слышат, а не лечат по инструкции». Другой парень написал: «Долго не решался, боялся осуждения. Она вообще не осуждает. Спрашивает такие странные вопросы, что я сам начинаю понимать, в чём проблема». Плюс-минус всё в таком духе.

Были, конечно, и нейтральные: «Пока не понял, помогает или нет, но хотя бы выговорился». Была одна негативная, но она звучала как-то... несерьёзно, что ли. Типа «не понравился её голос, слишком тихий». Ну, это не отзыв, это каприз. Я закрыл вкладку с отзывами и подумал: «Ладно. Попробуем». Сердце, кстати, снова забило быстрее. Я уже знал эту физиологическую реакцию — предвкушение страха. Или страх предвкушения? Чёрт его разберёт.

Я нажал «Выбрать время». Ближайшее свободное окошко было через три часа. Три часа — это много. Это как раз столько, чтобы передумать раз двадцать. Я заказал. Подтверждение пришло на почту и в мессенджер со ссылкой на видео-звонок и напоминанием: «Пожалуйста, найдите спокойное место с хорошим интернетом, вас никто не должен прерывать». Там же был номер телефона для срочной связи — на случай, если что-то пойдёт не так.

Следующие три часа я проходил кругами по своей студии. Нет, правда, я ходил. От холодильника к окну, от окна к дивану, от дивана к входной двери, обратно. За это время я выпил ещё две кружки растворимого кофе, съел вчерашний рис с курицей прямо холодным, потому что разогреть было лень, и переоделся три раза. Сначала был в домашней растянутой футболке — подумал: «Не пойдёт, она меня видит». Потом надел чистую — подумал: «А зачем я вообще переодеваюсь? Это же онлайн, она видит только лицо и плечи». Потом оставил чистую, но причёсался. Да, я причёсался. Первый раз за неделю. Потом побрился — электрической бритвой, кое-как, но всё же. И когда часы показали без пяти назначенное время, я сел на диван, включил ноутбук, открыл ссылку и замер.

Рука зависла над кнопкой «Войти в конференцию». Опять этот страх. Опять тот же самый, что вчера на площади. Только теперь я не выходил на улицу — я, наоборот, оставался дома. Но страх был тот же. Липкий, холодный, обволакивающий. Я выдохнул. Вспомнил ту девушку из отзыва: «Она меня слушала два часа и не сказала ни одной глупости». Нажал.

Экран засветился, секунду шла загрузка, а потом я увидел её. Женщина лет сорока. Волосы, как на фото, тёмные, собранные в пучок, но в жизни они выглядели чуть растрепаннее, что ли. Уютнее. Одета в чёрный свитер с высоким горлом, на стене позади неё висела какая-то абстрактная картина — пятна синего и серого. Не знаю почему, но меня это успокоило. Не офис, не стерильный кабинет с кушеткой. Обычная комната, обычный человек. Она улыбнулась — спокойно, без наигранного энтузиазма, как улыбаются, когда встречают нового человека, но ещё не знают, понравится он или нет.

— Здравствуйте, — сказала она. Голос у неё был действительно тихий, как писала та девушка в негативном отзыве. Но для меня это было плюсом. Громкие голоса меня напрягают. А этот... этот как будто не давил.

— Здравствуйте, — сказал я. И тут же понял, что голос у меня сел. Я прокашлялся. — Да. Здравствуйте.

— Меня зовут Елена Сергеевна. Но можно просто Елена. Как вам удобнее.

— Можно просто Данила.

— Хорошо, Данила. Во-первых, спасибо, что решились и пришли. Я знаю, что для многих людей первый звонок — это самый трудный шаг. Поэтому давайте договоримся сразу: здесь нет правильных и неправильных ответов. Вы говорите то, что считаете нужным. Я буду слушать и иногда задавать вопросы. Если какой-то вопрос покажется вам неудобным — просто скажите, и мы пропустим его. Договорились?

— Договорились, — сказал я, хотя внутри всё скрутило в тугой узел.

Она кивнула, взяла в руки блокнот — обычный, бумажный, с чёрной обложкой — и приготовила ручку. Не диктофон, не ноутбук для записей. Блокнот. И ручка. Почему-то это тоже сыграло свою роль. Бумага — это надёжно. Бумага не выдаст тебя интернету.

— Тогда начнём с простого, — сказала она. — Расскажите немного о себе. Кто вы, чем занимаетесь, как живёте. Можно в общих чертах, можно подробно. Как вам удобно.

Я замялся. Не потому, что не хотел говорить, а потому, что не знал, с чего начать. Моя жизнь за последние пять лет — это сплошное серое пятно. Я не был уверен, что смогу рассказать о ней интересно или хотя бы связно.

— Меня зовут Данила, — начал я медленно. — Мне... ну, тридцать с небольшим. Я работаю из дома, сам на себя. Что именно делаю — не могу сказать, извините, это связано с личными границами. Но всё законно, скучно и монотонно.

Она ничего не сказала, только кивнула и что-то записала в блокноте. Я не видел, что именно, и это нервировало, но одновременно и освобождало. Она не комментировала, не оценивала. Просто фиксировала.

— Я снимаю студию в спальном районе, — продолжил я. — Живу там уже десять лет. Но последние пять... ну, последние годы я почти не выхожу из дома. Вообще. Мусор выносят курьеры за чаевые. Еду заказываю готовую. Работаю пару часов в день, а остальное время смотрю сериалы.

Я замолчал, ожидая, что она спросит: «Почему?» Или «Как так вышло?» Или «Вам не стыдно?» Но она не спросила. Она просто смотрела на меня спокойными глазами и ждала. Как будто всё, что я говорил, было абсолютно нормальным. Как будто такие истории она слышала сотни раз. И это странным образом развязало мне язык.

Я рассказал про минимализм, который оказался ленью. Про плотные шторы и кондиционер. Про то, как вчера решил пойти в центр прогуляться — и как сбежал оттуда, трясась от страха. Про то, как сидел на полу в прихожей и впервые подумал: «Я болен». Я говорил, а она слушала. Ни разу не перебила. Ни разу не сказала «дышите глубже» или «это всё пройдёт». Она только иногда кивала, иногда чуть наклоняла голову — как собака, которая пытается понять, о чём ты думаешь, но не в напряжённой, а в спокойной, заботливой манере.

Я не заметил, как пролетел первый час. Не заметил, как начал рассказывать про свою лень, про скуку, про то, как сериалы слились в один бесконечный поток. Я рассказал даже то, о чём сам себе боялся признаваться: что иногда мне кажется, что я уже умер и просто не заметил этого. Что моя студия — это не квартира, а гроб. Что темнота за шторами — это не уют, а могила. Но я продолжаю в ней лежать, потому что двигаться страшно.

Она слушала. И когда я выговорился, когда слова закончились и воцарилась тишина — не та, давящая, а другая, какая-то освобождающая, — она спросила:

— Данила, а что для вас было самым страшным вчера на той площади?

Я задумался. Перебрал варианты. Толпа? Шум? Ощущение, что меня раздавят?

— Наверное, то, что я не контролировал ничего, — сказал я. — Меня просто несло. Я не мог остановиться. И я не мог слиться с ними. Я был как... как инородное тело. Как будто все знают какой-то секрет, а я нет.

Она записала что-то в блокноте, подняла глаза и спросила:

— А если бы вы могли контролировать? Если бы толпа расступилась? Если бы все смотрели только на вас? Это было бы страшнее или легче?

Вопрос застал меня врасплох. Я не ожидал такого поворота. Я даже не знал, что на него ответить.

— Не знаю, — сказал я честно. — Наверное, легче? Или нет... Тоже страшно. Когда на тебя смотрят — это тоже неконтролируемо.

Она кивнула с каким-то удовлетворённым видом — но не злорадным, а как будто только что поставила галочку в своей голове. И снова что-то записала.

Второй час пошёл легче. Я уже привык к её голосу, к её паузам, к тому, что она пишет в блокноте. Я даже начал замечать детали: на её столе стояла кружка с остывшим, судя по всему, чаем, на фоне изредка проходил кто-то — наверное, кот, потому что я видел мелькнувший хвост. Она не извинялась за это, не отвлекалась, просто продолжала слушать.

Я рассказал про свою работу — насколько мог. Про то, что заказы скучные, но стабильные. Про то, что денег хватает ровно на аренду, еду и коммуналку. Что я мог бы зарабатывать больше, если бы не лень, но лень сильнее. Про то, что курьеры, которые выносят мой мусор, — это, наверное, дно, но я уже не вижу в этом ничего унижительного. Просто схема. Работает — и ладно.

— А что для вас было бы идеально? Если бы вы могли представить свой лучший день — какой он? — спросила она.

Я задумался. Потом усмехнулся.

— Идеально? Наверное, проснуться утром, заказать доставку, поработать пару часов и смотреть сериалы. То есть... то же самое, что я делаю сейчас.

— Но вы же не выглядите счастливым, — мягко заметила она.

— Не выгляжу, — согласился я. — Потому что это не идеально. Это просто... привычно. А идеально — это, наверное, когда не боишься. Не боишься выйти, не боишься толпы, не боишься говорить с людьми. Идеально — это когда ты не думаешь о том, что подумают другие. Когда просто живёшь.

— Вы когда-нибудь жили так?

Я замер. Хороший вопрос. Я даже не помнил.

— Давно, — сказал я. — Очень давно.

Она снова записала. Я посмотрел на время — прошло уже почти два часа. Я устал. Не физически, а морально. Говорить о себе — это как раздеваться перед незнакомцем. Даже если этот незнакомец не смотрит на тебя осуждающе, всё равно чувствуешь себя голым.

— Данила, спасибо, — сказала она, откладывая ручку. — Вы очень помогли мне. Честно. То, что вы рассказали, — это не просто жалоба, это уже начало анализа. Но сразу дать вам какой-то совет или заключение я не могу. Мне нужно время, чтобы обработать то, что я услышала. У каждого специалиста свой подход. Мой подход — сначала слушать, а потом думать. Не наоборот.

— То есть вы не скажете мне сейчас, что со мной? — спросил я. В голосе, кажется, прозвучало разочарование. Хотя... чему я удивляюсь? Два часа — это не курс терапии, это просто разговор.

— Не скажу, — подтвердила она. — И даже на втором сеансе не скажу, если честно. Потому что диагнозы — это не наклейки, которые можно прилепить после первого разговора. Мне нужно понять структуру. Откуда пошло, как закрепилось, что поддерживает. Это требует анализа. Поэтому я предлагаю: я сейчас закончу звонок, поработаю с записями, составлю предварительную картину. А на следующей встрече мы обсудим, что я увидела, и решим, как двигаться дальше. Идёт?

— Идёт, — сказал я, хотя внутри царапнула тревога. Анализ? Что она там увидела? Что она обо мне подумала?

— И ещё один важный момент, Данила. Первый звонок — он ознакомительный. Вы ничего мне не должны. И до тех пор, пока я не проведу полный анализ, и мы не решим, работаем мы дальше или нет, я не беру оплату. Это принципиальная позиция. Чтобы у вас не было ощущения, что вы платите за пустоту.

— Хорошо, — сказал я. Но это «хорошо» прозвучало как-то неуверенно. Вообще, я не люблю, когда мне что-то дарят. Даже если это бесплатный час психолога. Это нарушает границы. Мои правила. Но я промолчал, потому что не хотел выглядеть неблагодарным идиотом.

— Тогда договорились. Я выйду на связь в ближайшие дни, когда буду готова. Если у вас что-то случится — не важно, страшно, тревожно или просто захочется что-то добавить, — пишите в мессенджер, я отвечу. Хорошо?

— Хорошо, — повторил я.

Она улыбнулась, та же спокойная улыбка, и сказала:

— Данила, вы сделали большой шаг сегодня. Правда. Не каждый может набраться смелости и рассказать незнакомому человеку то, что рассказали вы. Спасибо вам за доверие.

И тут я заметил. В конце звонка, когда она произносила эти слова, её лицо... чуть изменилось. Не сильно. Не драматично. Но я, блин, человек, который десять лет смотрит сериалы и анализирует мимику актёров. Я умею читать лица. У неё слегка напряглись губы. Чуть сузились глаза. Не улыбка, а её подобие. Как будто она что-то увидела — что-то, что ей не понравилось, или что её встревожило, или что она не ожидала найти. И она пытается это скрыть, но у неё не получается до конца.

«Всё в порядке, — сказала она. — До связи».

Звонок оборвался. Экран погас. Я остался сидеть на диване, смотреть в своё собственное отражение в чёрном зеркале ноутбука. Меня мутило. Нет, не от разговора — от этого её взгляда. Этого напряжения. Что она там увидела? Что я такого сказал? Я рассказывал про свою жизнь — скучную, серую, унылую. Ничего криминального. Ничего такого, что заставило бы нормального человека напрячься. Ну, ленивый мужик, ну, боится выходить из дома. Подумаешь, экзотика.

Но она напряглась. Я это видел. Я в этом уверен. И главное — она не взяла оплату. Даже за ознакомительный звонок. Сказала: «Это принципиальная позиция». А что, если не принципиальная? Что, если она просто не хочет брать деньги, потому что не уверена, что сможет

мне помочь? Или потому что поняла что-то такое, после чего помощь уже не требуется? Чёрт, голова идёт кругом.

Я закрыл ноутбук, подошёл к окну, раздвинул шторы — впервые за долгое время. За окном был обычный спальный район, серое небо, люди с сумками, машины. Ничего особенного. Обычный день. Обычная жизнь. А я стоял и смотрел на всё это, и у меня в голове крутилась одна и та же мысль: «Что она там увидела? И почему до сих пор не взяла оплату?»

Курьер принёс еду через час. Я открыл дверь, взял пакет, кивнул. И подумал: «Интересно, а психолог тоже заказывает еду на дом? Или она выходит в магазин? И если выходит — ей страшно или нет?»

Забавно, да? Вместо того чтобы думать о себе, я начал думать о ней. О её напряжённом лице в конце звонка. О том, что она, может быть, тоже что-то скрывает. Или это просто игра воображения. Я же психически нестабилен — чего мне не привидится.

Но всё равно. Странно это. Очень странно. И теперь я сижу, ем этот безвкусный рис и жду. Жду, когда она напишет. И боюсь этого, наверное, даже больше, чем выйти на улицу. Потому что на улице всё понятно — там толпа. А тут... тут неизвестность. И неизвестность эта смотрит на меня с фотографии на сайте и напряжённо улыбается.

Вечером того же дня я сидел на диване и смотрел в одну точку. Нет, не сериал. Я пытался переварить разговор с психологом. Она так и не написала, не позвонила — сказала же, что в ближайшие дни. А я, как дурак, сижу и жду. Да что там жду — я уже мысленно перебрал весь наш разговор раз двадцать. Каждое своё слово, каждый её кивок, каждый скрип ручки по бумаге. И всё это прокручивалось в голове снова и снова, как заевшая пластинка.

Но самое паршивое было не в этом. Самое паршивое — я понял, что опять ничего не сделал за сегодня. Ну, кроме звонка. А звонок — это даже не выход из дома. Это просто сидение на диване с ноутбуком. Я заказал доставку, съел её, посмотрел пару серий какого-то детектива и... всё. День прошёл. Ещё один день. Ещё один в этой копилке серых, одинаковых, пустых дней.

И вдруг меня накрыло. Знаешь это чувство, когда ты лежишь и понимаешь, что если не встанешь прямо сейчас и не сделаешь хоть что-нибудь, то просто сгниёшь заживо? Вот меня накрыло именно так. Взгляд упал на мусорное ведро. Оно было забито под завязку. Контейнеры из-под доставки, пластиковые стаканчики, какие-то обёртки. Воняло, кстати, прилично. Я, если честно, давно перестал замечать этот запах, но сейчас, после того как я вымыл голову и побрился — да, я сделал это сегодня утром перед звонком, — я вдруг его почувствовал. Отчётливо. И меня передёрнуло.

«Мусор надо вынести», — подумал я. И сам испугался своей мысли. Потому что вынести мусор — это значит выйти из квартиры. Выйти в подъезд. Потом на улицу. К мусорному контейнеру. И потом вернуться. Для нормального человека это три минуты дела. Для меня — эпопея сродни высадке на Луну.

Я стоял посреди комнаты и смотрел на ведро. Потом на входную дверь. Потом снова на ведро. В голове шла внутренняя борьба. Голос лени: «Закажи курьера, он вынесет, дай ему чаевые». Голос стыда: «Ты уже взрослый мужик, не можешь мусор вынести? Тебе не стыдно?»

Голос страха: «А вдруг там кто-то будет? Вдруг сосед? Вдруг придётся говорить?» Голос злости: «Да заткнитесь вы все!»

Я пнул ведро ногой. Оно жалобно звякнуло. И в этот момент что-то щёлкнуло. Может, это вчерашний позор на центральной площади сработал как прививка — мол, хуже уже не будет. Может, разговор с психологом дал какой-то слабый, едва заметный импульс. А может, просто рис с курицей был невкусным, и мне захотелось хоть какой-то перемены. Я не знаю. Но я взял пакет, завязал его, натянул те же серые кроссовки и вышел в подъезд.

В подъезде было тихо. Я замер, прислушиваясь. Где-то наверху хлопнула дверь, послышались шаги. Сердце ёкнуло, но я сказал себе: «Данила, ты просто идёшь к контейнеру. Это три минуты. Ты справишься». И шагнул к лифту.

Нажал кнопку. Лифт ехал долго — или мне просто показалось. Когда двери открылись, я чуть не охнул. Внутри стоял сосед. Я его, если честно, видел в последний раз... даже не помню когда. Год назад? Два? Мужик лет пятидесяти, лысоватый, с усталым лицом. Мы встретились взглядами, и я понял, что отступать некуда.

— Здорово, — сказал он первым. Просто так. Без всякого напряжения.

— Здорово, — ответил я. Голос прозвучал хрипло, как у подростка, у которого ломается голос. Я прокашлялся.

— Давно тебя не видел, — сказал сосед, заходя в лифт и нажимая кнопку первого этажа. — Ты как?

Это был простой, ничего не значащий вопрос. «Ты как?» Миллионы людей задают его каждый день, не задумываясь. Но для меня он прозвучал как вызов. Что ответить? «Я уже полгода не выходил из дома, бросаю мусор курьерам и боюсь толпы»? Или «Нормально, а ты?»

— Нормально, — сказал я. — Работаю дома.

— Дела, — кивнул он.

Я не знал, что на это ответить, но уголки губ сами собой поползли вверх. Какая-то странная, давно забытая механика — улыбаться живому человеку. Не в экран, не персонажу сериала. А вот так, просто, в тесной кабинке лифта.

Двери открылись. Мы вышли из подъезда вместе. Он свернул к лавочке, достал зажигалку. Я пошёл к контейнеру. Шёл я медленно, будто по минному полю. Оглядывался по сторонам. Во дворе никого не было — только синий вечер, фонари уже зажглись, где-то лаяла собака. Никакой толпы. Никакого шума. Только ветер и запах сырой земли. Я подошёл к контейнеру, открыл крышку, бросил пакет. Крышка закрылась с глухим металлическим стуком. Всё. Задание выполнено.

Я постоял секунд десять, глядя на свои кроссовки. Потом развернулся и пошёл обратно. Сосед уже докурил и стоял у подъезда, смотрел в телефон.

— Пока, — сказал я, проходя мимо.

— Удачи, — ответил он, не поднимая головы.

Лифт я ждал один. Зашёл в кабинку, нажал свой этаж, и когда двери закрылись, я... я улыбнулся. Нет, не так. Я ЛЫБНУЛСЯ. Как дурак, от уха до уха. Я вынес мусор! САМ! Без курьера! Я поговорил с соседом! Два предложения — неважно. Я сделал это! Я, который полгода боялся высунуть нос, вышел на улицу и бросил вонючий пакет в контейнер. И мир не рухнул. Меня не съели. Никто на меня не напал. Даже сосед не задал лишних вопросов.

Дома я закрыл дверь, прислонился к ней спиной и выдохнул. В груди разливалось что-то тёплое, почти забытое. Гордость? Удовлетворение? Я не знал, как это назвать, но мне это понравилось. Я мысленно похвалил себя. Да, прямо так: «Молодец, Данила. Ты справился». И это не было сарказмом. Это было честно. Чёрт возьми, я сделал шаг. Маленький, дурацкий, смешной. Но шаг.

Я даже не стал заказывать доставку на вечер. Сварил себе лапшу быстрого приготовления — она где-то завалилась в шкафу — и съел её с каким-то странным чувством победы. Потом лёг на диван и уснул почти мгновенно. Без сериалов. Без фонового шума. Просто отключился.

И снился мне какой-то дурацкий сон, в котором я шёл по бесконечному полю, а вокруг не было ни души. И мне было спокойно. Не страшно. Спокойно. Я проснулся даже с лёгкой улыбкой. А потом посмотрел на телефон и увидел сообщение.

«Доброе утро, Данила. Я готова к следующему разговору. Можем созвониться сегодня в 14:00? Если вам удобно, конечно. Елена».

Всё. Вот оно. Сердце снова забило быстрее. Я посмотрел на часы — было 11:30. Два с половиной часа на сборы. Или на то, чтобы передумать. Я ответил: «Да, удобно. До встречи».

До 14:00 я снова ходил по квартире. Не от холодильника к окну, как вчера, а так, в раздумьях. Почему-то сегодня меня трясло сильнее. Может, потому что вчера я не знал, чего ожидать. А сегодня уже знал — и это знание пугало больше неизвестности. Я переоделся два раза, снова причёсался, даже почистил зубы — чего не делал по утрам уже бог знает сколько времени. Заказал доставку на 13:00, поел, выбросил упаковку в ведро — и тут же вспомнил, что ведро опять почти полное. Но сейчас не до того.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.