

Путь героя

СТАТУС ГЕРОЯ



Смелость

82%



Мудрость

74%



Стойкость

68%



Дисциплина

76%

КАРТА ПУТИ



Этап 3 из 7

ЦЕЛЬ
ВЕРСИЯ СЕБЯ 2.0

ТЕКУЩЕЕ ЗАДАНИЕ



Найди свой путь

Пройди через сомнения и
сделай первый шаг.

Прогресс

2/5

ФОКУС ДНЯ



"Маленький шаг
сегодня —
большой путь
завтра."

НАПРАВЛЕНИЕ



Следуй
своему курсу.
Доверяй пути.
Стань собой.

ДОСТИЖЕНИЯ



Преодолеl страх



Сделал выбор



Вышел из зоны
комфорта



РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ ДЛЯ ТВОЕГО ПУТЕШЕСТВИЯ
К ЛУЧШЕЙ ВЕРСИИ СЕБЯ

Даур Алькенов

Путь Героя. Книга

1. Пробуждение

<https://litres.ru/74176499>

SelfPub; 2026

Аннотация

****«Путь героя»**** — это книга-квест и рабочая тетрадь для подростков, которые хотят лучше понять себя, научиться принимать решения и увереннее двигаться вперёд.

Здесь читатель становится не наблюдателем, а участником истории. Его поступки превращаются в опыт, выборы влияют на маршрут, а задания помогают развивать смелость, самостоятельность, ответственность, эмоциональную устойчивость и умение действовать вместе с другими.

На страницах книги ждут игровые задания, AR-меню, карта пути, уровни, навыки, достижения и ситуации, в которых нет готового правильного ответа. Каждый этап предлагает остановиться, подумать, сделать выбор, проверить его в действии и увидеть собственный прогресс.

Это путешествие не обещает лёгкой победы. Но помогает подростку сделать главное: перестать ждать, когда кто-то определит его путь, и постепенно стать автором собственной жизни.

Содержание

Глава	4
ГЛАВА 1. ПАДЕНИЕ	5
ГЛАВА 2. ДВА ГОДА ТИШИНЫ	11
ГЛАВА 3. ОДИННАДЦАТЫЙ КЛАСС — НАЧАЛО ПЕРЕМЕН	15
ГЛАВА 4. ВЕЛОСЕКЦИЯ И ЗИМНИЙ ОФП	22
ГЛАВА 5. ДОКАЖИ, ЧТО ТЫ ПАЦАН	26
ГЛАВА 6. СЕМЕЙНЫЕ ТРЕЩИНЫ	35
Конец ознакомительного фрагмента.	38

Даур Алькенов

Путь Героя. Книга

1. Пробуждение

Глава

ПУТЬ ГЕРОЯ

Книга первая

ПРОБУЖДЕНИЕ

Даурен Алькенов

Алматы · 2026

© Алькенов Даурен Кайсарович, 2026

Все права защищены. Воспроизведение и распространение текста допускаются только с согласия правообладателя.

Все персонажи и события произведения вымышлены. Возможные совпадения случайны.

Произведение содержит художественное описание психологических и медицинских ситуаций и не заменяет профессиональную консультацию.

ГЛАВА 1. ПАДЕНИЕ

Апрель, 8 класс

Если бы кто-то спросил Тима, какой момент разделит жизнь на «до» и «после», он бы, возможно, усмехнулся:

«Когда я впервые понял, что мир не обязан играть по моим правилам».

Но внутри он бы сказал точнее: всё началось на спортивной площадке — в обычный школьный вечер.

Пахло пылью, нагретым асфальтом и железом. Мальчишки гоняли мяч так, будто завтра не существует.

Тим всегда чуть запаздывал — не телом, а вниманием: успевал замечать не мяч, а облако, трещину на стене, мысль про какую-нибудь далёкую планету.

— Тим, давай на ворота! — крикнул кто-то.

— Почему я? — Тим пожал плечами. — Я вообще-то гуманитарий.

— Ты просто самый рассеянный!

— Спасибо. Люблю вас тоже.

Смех, шум — обычная дворовая речь.

Толчок он не заметил. В таких играх «случайно» и «специально» всегда выглядят одинаково.

Под ногами вдруг не стало опоры — как будто кто-то выдернул землю.

Удар пришёл не сразу.

Сначала — белый свет.

Потом — звук, будто голоса идут через воду.

А потом — боль. Глухая, огромная, такая, что она не просит разрешения.

Его поднимали. Пыльные ладони, чьи-то быстрые вопросы, чьи-то испуганные лица.

— Он дышит?

— Тим! Эй! Скажи что-нибудь!

Тим хотел сказать: «Да всё нормально», но губы не слушались.

* * *

В больнице пахло хлоркой, железом и тревогой — запахом, который потом узнаёшь всю жизнь.

Тим проснулся с ощущением, будто на голову надели бетонный шлем. Открыл глаза — мир поплыл.

Где-то за стеклянной дверью родители говорили с врачом так, будто их голоса можно спрятать.

Тим всё равно слышал.

— Он от этого оправится? — голос мамы дрожал.

— Да, — врач говорил ровно. — Сотрясение. Наблюдение минимум неделю. Ограничить экран и любые нагрузки.

Пауза.

— Физкультура — только после контрольного обследования. Контактные виды спорта, где возможны удары и падения, под вопросом надолго.

Слова «под вопросом надолго» упали в палату, как кир-

пич.

Папа тяжело выдохнул.

Мама сжала его ладонь так, будто можно удержать мир.

А Тим смотрел в потолок и думал:

Надолго — это сколько? Полгода? Год? До окончания школы?

И ещё он поймал странную вещь: разговор о нём идёт, а ему в нём места нет — как будто он уже не человек, а «слу-чай».

* * *

После больницы начался новый этап — «режим стеклянного мальчика».

Меньше ходить.

Не бегать.

Не прыгать.

Не нервничать.

Не напрягаться.

Не жить — именно так это ощущалось.

Мама всё время спрашивала:

— Голова не кружится?

— Нормально поел?

— Как самочувствие?

Тим отвечал привычной шуткой:

— Всё окей. Если что — я бы уже упал.

Юмор иногда спасает, но чаще — маскирует.

Телефон лежал рядом. WhatsApp, лента, короткие видео

— всё, что могло на минуту выключить голову.

Он скроллил не потому, что «интересно», а потому что так было легче не думать.

Иногда он ловил себя на простом феномене: взгляд вроде бы на экране, а мысль — где-то в другом месте. Время проваливалось кусками.

И чем больше он пытался «собраться», тем сильнее ощущал, что собирается не он.

* * *

(8 класс, пока Тима нет в школе)

Вечером школьный WhatsApp не засыпает — он просто становится тише.

Жанар: Ребят, вы слышали? Тима вчера скорая забрала...

Алишер: Чё с ним?

Камила: Он упал?

Арман: Футбол играли. Голову.

Нурлан прочитал всё это и сделал то, что умел лучше всего — попытался закрыть тревогу шуткой.

Нурлан: Да у него ПТСР, походку.

Кто-то поставил смеющийся смайл.

Алишер: Ахах, ПТСР от футбола.

И тут пришла Айгерим — не с сочувствием, а с контролем.

Айгерим: Вы можете не разбрасываться диагнозами? Это не смешно.

Нурлан секунду смотрел на экран.

Хотел написать что-то умное.

Хотел поставить скобочку.

Вместо этого:

Нурлан: ок

Наутро слово вышло из чата в коридор.

Нурлан сказал полголоса, «не в лицо» — в воздух, в спину:

— ...ПТСР, блин.

Кто-то хмыкнул.

Большинство сделало вид, что не слышало.

Коридор пошёл дальше — как будто так и надо.

А потом, на перемене, когда класс на секунду опустел, Нурлан открыл чат и удалил своё сообщение.

Быстро. Не драматично.

Как будто исправил опечатку.

Он набрал: *Тим, ты как?*

И тут же стёр.

В школе чужая боль быстро становится словом.

А слово — быстрым способом не чувствовать.

* * *

Самые громкие звуки оказались не на улице.

Они были на кухне.

Ссоры родителей начинались шёпотом, а заканчивались тишиной — холодной и плотной.

— Ты понимаешь, ему нужно внимание! — мама.

— Понимаю, — папа выдохнул устало. — Но ты не даёшь ему жить. Он сидит взаперти.

— Это врачи сказали!

— А ты хоть раз спросила его самого, чего он хочет?

Тим слышал каждое слово.

И делал вид, что не слышит.

Потому что зайти на кухню означало стать причиной.

* * *

У себя в комнате он листал книгу — не читая.

Буквы расплывались.

Он ловил себя на том, что перечитал одну и ту же строку три раза — и не мог вспомнить, о чём она.

Телефон мигал уведомлениями, и рука сама тянулась к экрану.

Скролл давал короткое облегчение.

Потом — пустоту.

Потом — ещё один скролл.

Тим впервые честно подумал:

А что если я не знаю, кто я теперь?

* * *

Больничное падение стало не единственным.

Разваливалась почва под ногами дома.

Мир менялся — без него.

И Тим ещё не понимал, что это только начало.

Начало пути, на котором однажды проснётся не только он — но и кое-что гораздо большее.

ГЛАВА 2. ДВА ГОДА ТИШИНЫ

Тишина не бывает одинаковой.

Есть та, что даёт отдохнуть.

Есть та, что давит.

А есть такая, которая превращается в привычку — и Тим постепенно проваливался именно в неё.

Первый месяц после больницы он почти не вставал. Мама ходила по комнате на цыпочках, будто боялась потревожить тонкую грань между бодрствованием и болезнью. Тим пытался читать, как раньше, но страницы расползались.

Он ловил себя на странной вещи: он мог *очень* хотеть дочитать абзац — и через секунду уже думать о другом. Потом снова возвращаться. Потом снова выпадать.

Он не называл это проблемой. Он просто считал себя «ленивым» и «раздёрганным». Так проще. Так никто не задаёт лишних вопросов.

Однажды вечером папа зашёл в комнату.

— Тебе кое-что принёс.

В руках у него был новый планшет — гладкий, тяжёлый, с дорогой упаковкой.

— Сейчас всё в цифре, — сказал папа, будто оправдывался. — Учёба, книги, всё. Чтобы тебе было... удобнее.

Мама напряглась на кухне, но промолчала.

Тим принял подарок как символ: «Я пытаюсь, сын». Толь-

ко теперь этот символ был не бумажным, а светящимся.

Планшет стал его окном.

Сначала он действительно читал. Скачал пару книг, открыл научпоп. Пролистал три страницы.

Потом — ещё две.

Потом — уведомление.

Потом — видео.

Потом — реклама игры.

Игра была из тех, что подростки знают без объяснений: герои, экипировка, рейтинги, лут, ежедневные задания. В ней всё было ясно и честно. Нажал — получил. Старался — вырос.

Тим установил «на пять минут».

Через час он уже выбирал класс.

Экран показывал:

— **Воин** — сила, контроль, выносливость

— Разведчик — скорость, уклонение

— Маг — риск, стекло и урон

Тим выбрал воина.

Не потому что хотел драться.

Потому что хотел ощущать *опору*.

В жизни опора исчезла вместе со спортом, с двором, с уверенностью, что тело выдержит.

А здесь — было просто: прокачай и выдержишь.

Тим не знал слов «дефицит внимания», «СДВГ» и «исполнительные функции». Он знал только, что на скучном

внимание расползается, начинать трудно, заканчивать ещё труднее, а быстрые награды цепляют мгновенно.

Игра стала идеальным обезболивающим. Она давала ему то, чего не давала реальность: структуру.

Поначалу это выглядело невинно.

— «Закрою дейлики и пойду спать».

— «Ещё один бой — и всё».

— «Мне надо поднять ранг, иначе я никто».

А потом планшет стал частью тела.

Просыпался — и первым делом тянулся к экрану.

Он засыпал с ним.

В школе думал не о задачах, а о том, сколько осталось до следующей награды.

И самое страшное: в игре он был собранным.

А в жизни — рассыпанным.

Иногда жизнь всё же требовала от него действий, от которых нельзя было откупиться.

Принести соседке пакеты.

Помочь маме молча, не споря.

Поднять велосипед младшему и извиниться, даже если «не он виноват».

Не снять на видео чужой позор.

Сказать «стоп» компании, которая давит слабого.

Тим делал такие вещи редко.

Но каждый раз после них внутри становилось чуть тише.

Позже Система назовёт такие поступки социально зна-

чимыми: они меняют не только самого человека, но и пространство вокруг него.

Через полгода Тим стал другим.

Тише.

Сдержаннее.

Острее на язык, но глубже внутри.

Дальше месяцы стали похожи один на другой.

Он умел побеждать в игре.

И всё хуже понимал, как побеждают в жизни.

Так прошли два года.

И когда в конце лета, перед одиннадцатым классом, одноклассник сказал:

— Тим, пойдём в дзюдо с нами?

Он усмехнулся и ответил:

— А что, инвалидом берёте?

— Да иди ты, — махнул тот рукой. — Просто приходи.

Весело будет.

Слово «весело» почему-то зацепило.

И что-то внутри Тима чуть дрогнуло.

Как будто старая дверь наконец приоткрылась.

Он не знал, выдержит ли.

Но впервые за полгода почувствовал желание попробовать.

Он согласился — и впервые за долгое время выбрал не экран, а реальное действие.

ГЛАВА 3. ОДИННАДЦАТЫЙ КЛАСС — НАЧАЛО ПЕРЕМЕН

* * *

Будильник орал так, будто хотел пробить барабанные перепонки.

Тимур вслепую шарил рукой по тумбочке, пока наконец не ткнул пальцем в экран смартфона.

Тишина.

На две секунды.

Потом — вибрация.

TikTok, WhatsApp, школьный чат.

Ничего нового — обычный утренний шум.

Он пролистал ленту: мемы, пересуды, обсуждение новой училки по химии и... сообщение:

«Говорят, сегодня к нам в класс придёт новенькая. Красивая.»

Он скривился.

Новенькая. Ещё одна причина, по которой весь класс будет вести себя как идиоты.

Экран моргнул — и на краю зрения что-то дрогнуло.

Тим моргнул.

Поверх чата — на долю секунды — возникла тонкая белая строка. Не бликовая. Не «показалось». Слишком ровная.

[ВОССТАНОВЛЕНИЕ ДАННЫХ...]

И исчезла.

Тим замер, потом выдохнул сквозь зубы.

— Отлично, — пробормотал он. — Теперь ещё и реклама прямо в мозг.

Он потёр глаза. Моргнул ещё раз.

Ничего.

«Нервы», — автоматически сказал себе Тим. «Недосып». «После того удара головой». Любая версия подходила, лишь бы не думать дальше.

Он снова уткнулся в экран — как будто там можно было спрятаться.

И тут строки вернулись. Коротко, рвано — словно не загрузились до конца.

[ФРАГМЕНТ: 1?%]

[РЕШЕНИЕ: ПР...]

[СТАТУС: НЕ СООТВЕТ... ТЕКУЩЕМУ ПРОФ...]

[ИСТОЧНИК: UNKNOWN]

Тим почувствовал, как в животе холодно провалилось.

Какое «решение»?

Он попытался вспомнить, что только что сделал.

Прочитал чат. Не ответил. Не посмотрел по сторонам.

Если это и называется решением — тогда у людей совсем всё плохо.

Строки мигнули и исчезли.

Тим подождал. Пять секунд. Десять.

Ничего. Только утренний шум и чужая жизнь вокруг.

«Не соответствует текущему проф...»

Текущему — значит, был другой?

Тим почти сразу нашёл объяснение. Если это не галлюцинация и не стресс, то «система» — если ей так хочется называться — сравнила его нынешнего с ним же прежним. До всей этой семейной дряни. До... до всего.

Или вообще ни с чем.

UNKNOWN — удобное слово. Сначала не понимаешь, что происходит, потом гордо называешь это «неизвестным источником». На английском — чтобы звучало умнее.

Он сунул телефон в карман и сделал шаг к двери.

Потом остановился.

И оглянулся через плечо — быстро, почти зло.

Сам не понял зачем.

Последствия травмы двухлетней давности иногда напоминали о себе — как неприятный, но знакомый сосед.

* * *

Школа гудела.

В классе у каждого был свой способ не показывать слабость. Нурлан закрывал тревогу шутками; Айгерим держала под контролем расписание, оценки и иногда окружающих; Дана пряталась за наушниками; Алишер проверял мир на прочность; Артём молчал так внимательно, что рядом с ним хотелось говорить точнее. Тим знал их много лет, но редко задумывался, что за привычными ролями может быть что-

то ещё.

Подростки давно научились разговаривать не только голосом — уведомлениями тоже.

Кто-то показывает мемы.

Кто-то снимает сторис с физруком.

Кто-то орёт на весь коридор, соревнуясь, у кого колонка громче.

Тим шёл, уткнувшись в экран.

Школьный чат кипел:

«Видели? Новенькая реально топ»

«Говорят, умная»

«Из другой школы перевелась»

«В 11Б, пацаны, держитесь»

Он закрыл чат.

Всё это не про него.

Когда он вошёл в класс, первым делом заметил её.

У окна.

Брюнетка, зелёные глаза.

Спокойная, будто не здесь, а где-то в собственном ритме.

Смотрела на доску так, будто видела больше, чем простой текст.

Учитель представил:

— Это Алина. Перешла к нам в этом году. Примите в коллектив.

Коллектив зашумел.

Кто-то уже набирал сообщение в чат, кто-то фоткал под

партой.

Тим почувствовал, как сердце дёрнулось... странно.

Не «влюбился», нет.

Просто — что-то сработало.

Как будто кто-то нажал кнопку.

И тут воздух снова исказился.

Поверх учительского голоса всплыло:

[Эмоция: интерес. Уровень: умеренный. Контроль: отсутствует.]

Он вздрогнул.

Какая-то монтажка прямо в глазах.

Может, недоспал?

Он потёр виски.

— Тимур? — учитель посмотрел строго. — Ты с нами?

— Да... да. Просто телефон вибрировал.

Телефон лежал на столе.

И молчал.

* * *

Дзюдо он выбрал не потому, что любил борьбу.

Он выбрал его потому, что все нормальные пацаны выбирают что-то силовое.

Слава предложил — значит, надо идти.

Первую тренировку он смотрел на YouTube: броски, подсечки, мотивационные видео «стань лучшей версией себя».

В жизни всё было иначе.

Татами пахло потом.

Тело отзывалось болью на каждом ударе о мат.

Голова стучала, как барабан.

В раздевалке после тренировки он спросил:

— Слав, у меня опять голова болит, кружится и тошнит.

Может, мне нельзя бороться?

Слава фыркнул:

— Ты чё, как девочка? Болит — перетерпи.

Ответ пришёл вечером, в чате:

Слава: «Ты ноешь. Так чемпионами не становятся.»

Тим: «Я просто сказал...»

Слава: «Лучше вообще не приходи, если боишься.»

Тим перечитал сообщение три раза.

Боль в затылке усилилась.

По дороге домой он залипал в TikTok, пытаясь отвлечься от тошноты.

Алгоритм выдавал:

«Как накачать силу за 30 дней!»

«Три ошибки слабаков!»

«Парень из задрота стал чемпионом!»

— Да ну вас, — выдохнул Тим и выключил экран.

На следующей тренировке после всех кувырков, отработки страховки и тренировочных бросков, голова снова кружилась и давила на висок.

Буквально.

Тренер развёл руками:

— Сынок, борьба тебе не подходит. Сначала снова к врачу. Если разрешит нагрузки без ударов и падений — попробуй велоспорт. У тебя ноги длинные, дыхание хорошее.

Велоспорт?

Тим скептически хмыкнул.

Он видел гонщиков: сильных, жилистых, без лишней болтовни.

Но что-то в голосе тренера было таким... искренним.

Как будто тот действительно видел в нём что-то.

По дороге домой он написал в чат велосекции.

Там ответили быстро:

— Приходи в субботу. Сезон уже закрыт, сейчас межсезонье — ОФП. Поглядишь.

Он задумался.

И в эту же секунду перед глазами снова всплыло:

[Показатель «Выносливость» нестабилен. Источник: эмоциональное истощение.]

Он остановился.

Заморгал.

Буквы исчезли.

— Ну и что это вообще такое? — прошептал он.

Телефон он даже не доставал.

Он чувствовал — это не про телефон.

ГЛАВА 4. ВЕЛОСЕКЦИЯ И ЗИМНИЙ ОФП

* * *

Они пришли в подвал спортивной школы.

Холодный воздух, запах резины, металлический звон инструмента.

Тим огляделся: никаких красивых велосипедов, как он ожидал.

Только огромная груда железа в углу — колёса без покрышек, кривые рамы, ржавые звёзды.

Он тихо спросил тренера:

— А велосипед... ну... дадут?

Тренер даже бровью не повёл.

— Собери себе. Вон. — И кивнул на груду металла. — Что соберёшь, на том и поедешь.

Слава рассмеялся.

Тим — нет.

Он стоял перед этим хаосом запчастей, понимая, что даже не знает, с какой стороны подходить.

Тренер сказал:

— У нас так все начинали. Если хочешь кататься — учись создавать инструмент под себя. Это важнее, чем сила в ногах.

Эта фраза запала глубже, чем Тим мог признать.

* * *

Но кататься было уже поздно.

На улице стоял грязный ноябрь, холодный ветер бил в лицо.

Сезон закончился.

А значит — впереди только ОФП.

И они начали.

* * *

Тим думал, что дзюдо было тяжело.

Он ошибался.

ОФП оказалось адом.

Каждый понедельник, среда и пятница — бег.

Снег, лёд, кашель, колющие боковые боли.

Но голова болела меньше — и это удивляло.

По субботам — приседания.

Со штангой — когда тренер смотрит.

Без штанги — когда не смотрит.

Прыжки. По двадцать повторов.

Ноги горят, стопы ломит, дыхание хрипит.

И каждое воскресенье — лестница здоровья на Медео.

Слава несётся вверх как козёл.

Снег хрустит, настроение на нуле, пальцы деревенеют.

Лестница бесконечная.

Тим — плетётся ниже.

Но однажды, дойдя до середины, он впервые почувствовал... дыхание ровное, голова ясная, тело — слушается.

И он подумал:

Вот оно. То, чего не было в дзюдо. Тело перестало быть врагом.

С каждым занятием тело понемногу возвращало доверие. Тим просто радовался, что перестал умирать на каждой ступеньке.

* * *

Всю зиму он приходил в тренерскую.

Сначала просто стоял.

Потом пробовал крутить ключом болты.

Потом разобрал первое колесо, перетянул спицы, порезал палец, измазал руки в мазут.

Тренер однажды сказал:

— Велосипед — это как характер. Собирается медленно, ломается быстро. Но если собрать правильно — выдержит всё.

Тим рассмеялся.

Но внутри запомнил.

К февралю грудa железа постепенно превращалась во что-то похожее на велосипед.

Тим учился регулировать тормоза, натягивать цепь, центровать колёса.

Руки у него постоянно были чёрными от смазки.

Но он держал в руках то, что собирал сам — и это было

важнее, чем казалось.

* * *

Весна пришла медленно, но когда пришла — взорвалась
зеленью, теплом и солнцем.

В апреле тренер сказал:

— Кто собрал велосипед — выезжаем на шоссе.

Тим вывез свой. Он был кривоват, местами ржавый, но
работал.

Первые метры он ехал неуверенно.

Потом быстрее.

Потом — понял, что может разогнаться.

И впервые за три года почувствовал свободу.

Не боль.

Не страх.

Свободу.

Ветер в лицо, дорога под колёсами, небо над головой.

Слава орал где-то сзади:

— Тимыч, ты летишь!!!

Да. Он летел.

О тормозах он вспомнил слишком поздно и перелетел че-
рез руль в мягкую весеннюю грязь у бордюра.

Он лежал в грязи, смеялся и чувствовал себя живым.

Память об этой свободе ещё не раз к нему вернётся.

ГЛАВА 5. ДОКАЖИ, ЧТО ТЫ ПАЦАН

Иногда конфликт начинается не с ненависти, а с пустоты.

С тишины, в которой кто-то просто бросает фразу — и она попадает ровно туда, где болит.

У Тима таких мест было много.

* * *

День начался как обычно: скучный звонок, запах столовки, усталые лица одноклассников. Тим сидел за партой, рисуя схемы планет в тетради. Он делал это почти машинально, но его это успокаивало — упорядоченный мир на бумаге вместо хаоса внутри.

Слава, проходя мимо, хлопнул его по плечу:

— Тимыч, ты сегодня какой-то... космический.

— Я всегда космический. Я просто иногда ближе к Земле.

Слава фыркнул и пошёл дальше.

Тим ещё не знал, что через двадцать минут окажется в самой нелепой драке в своей жизни.

* * *

Данила в школе знали все. Авторитет он набирал не дружбой и не умом, а давлением — особенно там, где было побольше свидетелей. Он быстро замечал, где у человека тонко, и бил именно туда.

В тот день всё началось не с Тима.

В коридоре у шкафчиков Данил окружил другого ученика — тихого, дёрганого, с глазами, которые всё время ищут выход. Он пытался проскользнуть мимо, но его остановили.

— Эй. Куда? — Данил перегородил дорогу.

Кто-то из его компании уже поднял телефон. Не потому что «надо», а потому что это стало ритуалом.

У ученика дрогнули пальцы. Он сжал ремень рюкзака так, будто это был поручень.

Данил усмехнулся:

— Скажи нормально. Или ты опять... — он сделал паузу, чтобы остальные успели хмыкнуть. — *ломаешься?*

Тим стоял в паре шагов. Он понял момент сразу: это не конфликт. Это проверка на власть.

У ученика сбилось дыхание. Плечи поднялись, как щит.

Тим видел эти признаки — не из учебников. Из тела. Из той самой странной памяти, которая помнит угрозу быстрее, чем голова успевает подумать.

Тим шагнул ближе:

— Данил, убери телефон.

— О, смотрите, — Данил повернулся к толпе. — Тимур теперь адвокат? Или психолог?

У ученика стало хуже. Он начал дышать коротко, быстро. Глаза стали стеклянными. Тим не знал, что именно происходит, но видел: парень перестал замечать коридор и людей вокруг.

Тим встал так, чтобы закрыть ученика от телефонов, и заговорил тихо, только для него:

— Посмотри на меня. Ты здесь, в коридоре. Слышишь мой голос?

Ученик едва заметно кивнул.

— Хорошо. Просто выдыхай. Я рядом.

Тим развернулся к Данилу уже другим голосом — спокойным, ровным:

— Стоп. Это не шутка. Уйди.

Данил сделал вид, что ему смешно, но толпа на секунду замолчала.

— Ты чё, командир? — Данил попытался вернуть игру.

Тим не вошёл в «мужскую проверку». Не дал ему крючок.

— Я сейчас зову учителя. Это всё.

И он действительно позвал: громко, без истерики — дежурного учителя. Толпа начала рассасываться.

Телефон опустили.

У ученика всё ещё дрожали руки.

Тим остался рядом до прихода взрослого.

* * *

Когда шум ушёл, Тим вдруг почувствовал, что внутри поднимается старая волна — злость, стыд, желание «врезать, чтобы было понятно».

Он сделал шаг в сторону, к стене, и на секунду закрыл глаза.

И тогда — впервые — в голове щёлкнуло.

Не как боль.

Как включение.

[SYSTEM: OBSERVE]

[EVENT: BULLYING / GROUP PRESSURE]

[RISK: HIGH]

[RECOMMENDATION: DO NOT ESCALATE. FIND ALLY. SET BOUNDARY.]

Тим мысленно огрызнулся:

— Ты кто вообще?

Пауза.

И ответ — сухой, как системная справка:

— *[ИДЕНТИФИКАЦИЯ: НЕДОСТУПНА. ФУНКЦИЯ: СНИЖЕНИЕ РИСКА / ФИКСАЦИЯ ВЫБОРА]*

Тим смотрел на свои ладони. Они дрожали.

— Я не герой, — подумал он. — Я просто... не хочу, чтобы кого-то ломали.

Курсор (или то, что было похоже на курсор) мигнул:

— *[ЗАРЕГИСТРИРОВАНО: ПЕРВЫЙ БЕЗОПАСНЫЙ ШАГ]*

И в этот момент Тим понял: его жизнь больше не будет строиться вокруг вопроса «докажи».

Она начнёт строиться вокруг другого: **«что сейчас безопасно и правильно?»**

Когда пришёл дежурный учитель, толпа уже разошлась. Телефон убрали. Ученик, которого «продавливали», сидел на подоконнике и наконец дышал ровнее.

* * *

Данил не ушёл.

Он дождался момента, когда вокруг стало тише, и подошёл к Тиму без спектакля — почти спокойно:

— Ты сейчас из меня клоуна сделал.

Тим устало посмотрел на него.

— Я остановил то, что было лишним.

Данил усмехнулся коротко:

— Ладно. Тогда по-честному. Без телефона.

Он кивнул в сторону спортзала:

— После уроков. На матах. Один на один.

Тим понял: это та же ловушка «за лицо», только в более безопасной упаковке.

И всё же согласился — потому что старое внутри ещё верило, что конфликт можно закрыть только силой.

После уроков в зале остались они, Слава и несколько одноклассников — «просто посмотреть». Кто-то из мальчишек побежал за учителем физкультуры, но Тим и Данил не дождались.

Они сцепились на мате.

Без ударов — захват, попытка подсечки, тяжёлое падение на бок. Не спортивный поединок и не честная проверка, а та же драка, только с правилами, которые они придумали себе

сами.

Слава стоял сбоку, напряжённый. Одноклассники шептались, пока учитель не влетел в зал и не свистнул так, что все замерли.

— Стоп! Немедленно разошлись.

Тим и Данил отпустили друг друга, тяжело дыша.

— Никаких «один на один», — сказал учитель. — Сейчас к директору. Оба.

Данил посмотрел на Тима и не сразу, но протянул руку.

Тим пожал.

Победы не было.

Была колючая ничья — и понимание, что драка не закрыла вопрос, а только показала его.

* * *

На следующий день Тима и Данила вызвали к директору вместе с родителями.

Разговор получился официальным: «профилактика», «конфликт», «границы», «ответственность». Тим слушал и снова чувствовал себя случаем в папке.

Потом директор сказала:

— К психологу. Оба. Это обязательная мера после подобных ситуаций.

Кабинет Айжан Толебаевны находился в тихом крыле первого этажа. Внутри были кресло у окна, книжные полки и живые растения. Никаких плакатов с правильной жизнью.

— Тимур, проходи. Воды?

— Нет, спасибо.

Она не торопила.

— Мне не нужен психолог, — сказал Тим.

— Хорошо. Тогда просто посиди.

Несколько минут он смотрел в окно. Потом спросил:

— А что, если я не знаю, кто я?

Айжан Толебаевна отложила ручку.

— В шестнадцать лет это честнее, чем делать вид, будто знаешь.

— Я устал делать вид, что всё нормально.

— Тогда здесь можешь не делать.

Тим выдохнул. Не полностью, но глубже, чем обычно.

Когда он вышел, Данил всё ещё сидел на лавочке.

— Ну как?

— Нормально. Она странная, но нормально.

Данил фыркнул. В его глазах мелькнуло облегчение.

— Данил, заходи, — позвала Айжан Толебаевна.

Он расправил плечи — привычный жест защиты — и скрылся за дверью.

Вечером Тим лежал у себя в комнате и пытался понять, почему ему одновременно стыдно и пусто. Не за борьбу. За то, что события снова стали больше него: взрослые, бумаги, обязательные разговоры.

Перед глазами возникло полупрозрачное окно.

Не телефон.

Не сон.

СИСТЕМА АКТИВИРОВАНА

ПЕРВИЧНОЕ СКАНИРОВАНИЕ ЗАВЕРШЕНО

ПОЛЬЗОВАТЕЛЬ: ТИМУР АСАНОВ

СОСТОЯНИЕ: НЕСТАБИЛЬНОЕ

ЦЕЛОСТНОСТЬ ДАННЫХ: НИЗКАЯ

Тим резко сел.

— Что это?

Ответ пришёл сухо, без голоса:

Я — СИСТЕМА РАЗВИТИЯ

ФУНКЦИЯ: ПОКАЗЫВАТЬ ВЫБОР, РИСК И ПОСЛЕДСТВИЯ

ОГРАНИЧЕНИЕ: Я НЕ ПРИНИМАЮ РЕШЕНИЯ ЗА ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

— Я не сумасшедший?

ДИАГНОЗ: НЕДОСТУПЕН

ФАКТ: ТЫ В КРИЗИСЕ

РЕКОМЕНДАЦИЯ: ИСПОЛЬЗОВАТЬ ЧЕЛОВЕЧЕСКУЮ ОПОРУ

Формулировка была холодной. Но впервые за долгое время Тим почувствовал не азарт и не злость, а тихое облегчение.

Его состояние хотя бы кто-то заметил.

ГЛАВА 6. СЕМЕЙНЫЕ ТРЕЩИНЫ

Дом, в котором живёт подросток, всегда звучит особым образом.

У каждой семьи — свой ритм: кто-то громко смеётся, кто-то постоянно хлопает дверями, кто-то живёт тихо и аккуратно, будто старается не потревожить судьбу.

Дом Тима... звучал иначе.

Он жил на вдохе, который никто так и не решался выдохнуть.

* * *

После «драки» с Данилом Тим пришёл домой чуть позже обычного. Он даже удивился — мама не встретила его вопросами, не бросилась проверять, не кружится ли у него голова.

Громкий голос телевизора доносился из гостиной, но это была только маска — громкость делали выше, когда хотели скрыть разговоры.

Он прошёл на кухню. Стол был накрыт... наполовину.

Тарелка с супом стояла, но не по центру, как раньше, а сбоку, будто поставленная в спешке.

Папа сидел там же, где обычно, но взгляд у него был рассеянный, тяжёлый.

Он словно смотрел сквозь сына.

— Тим... всё нормально? — спросил он.

— Да. Упал пару раз, но это стандартный набор школьника.

— Угу...

Отец даже улыбнулся — слабой, виноватой улыбкой. Но глаза остались такими же пустыми.

Тим сел.

Мама стояла у плиты, но не поворачивалась.

Она двигалась слишком тихо — неестественно тихо.

— Мам? — осторожно спросил Тим.

— Суп ешь, остынет, — ответила она, не глядя.

Суп был горячий.

Ложка дрожала, когда он поднёс её ко рту.

Он чувствовал — что-то происходит, но что именно?

Он не задавал вопросов: обходил боль взрослых, как стекло на полу.

* * *

Тим ушёл в комнату, включил настольную лампу.

На столе — тетрадь с рисунками схем велотренировок, рядом — книга, которую он уже два месяца «читал», хотя на самом деле просто листал, чтобы успокоиться. Телефон лежал экраном вниз — уведомления из школьного чата он выключил ещё вчера.

Он хотел отвлечься.

Но голоса родителей прошли сквозь стены.

— Ты понимаешь, что он растёт между нами, как в трещине?! — голос матери.

— А ты понимаешь, что считаешь его хрупким бесконечно?! Он же не стеклянный! — папа.

— Ты ничего не знаешь о том, что он чувствует!

— А ты ничего не даёшь ему решить самому!

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.