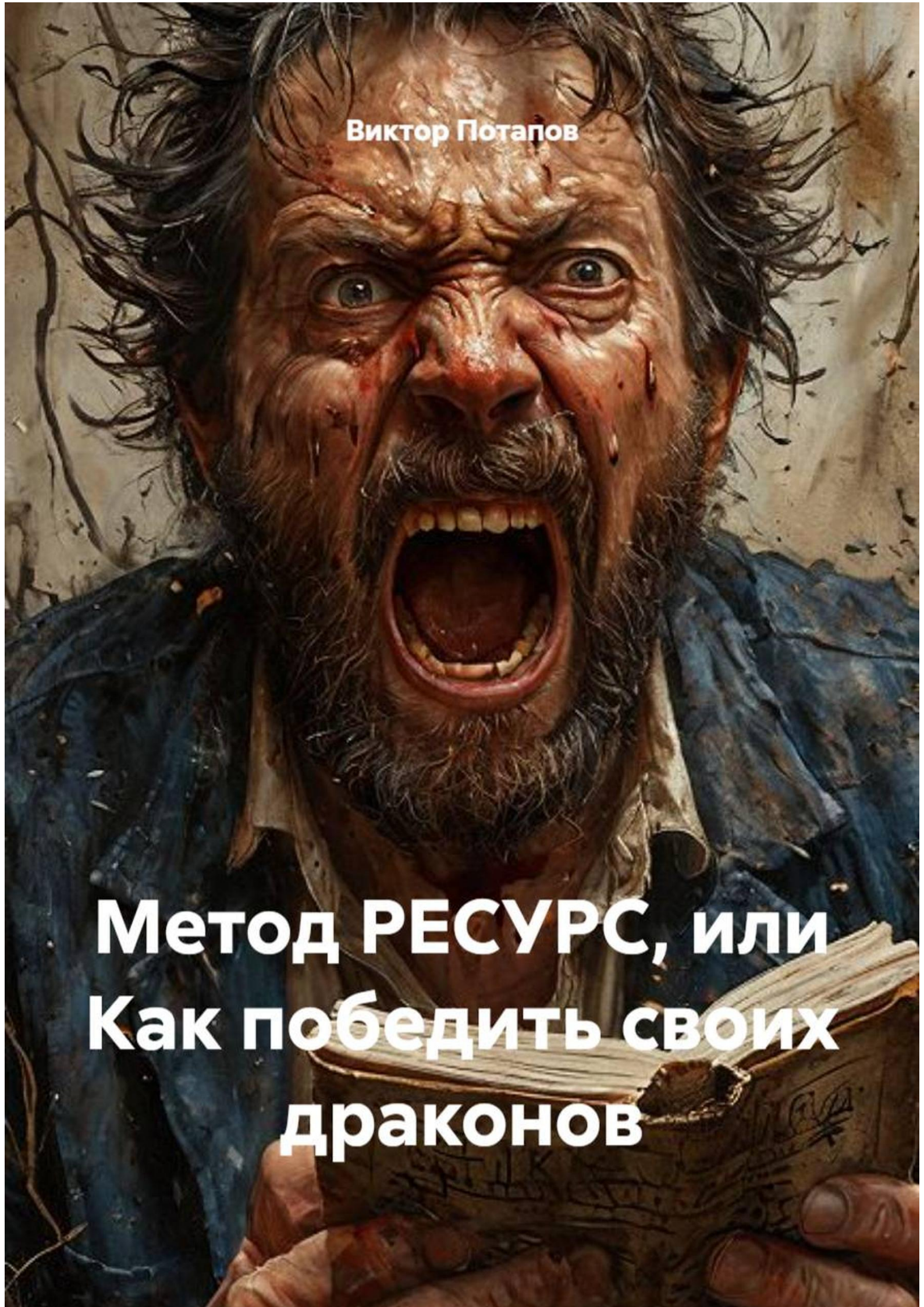


A highly detailed oil painting of a man with a wild, dark beard and hair. His face is contorted in a look of intense anger or pain, with his mouth wide open in a scream or shout, revealing his teeth. His eyes are wide and staring. There are visible wounds and blood on his face, particularly around the eyes and nose. He is wearing a dark, tattered blue jacket. In the bottom right corner, his hands are visible, holding a thick, old book with a worn, brown cover. The background is a textured, light-colored wall with some dark, root-like lines. The overall style is realistic and dramatic, with strong contrasts and visible brushstrokes.

Виктор Потапов

Метод РЕСУРС, или Как победить своих драконов

Виктор Потапов

**Метод РЕСУРС, или Как
победить своих драконов**

«Автор»

2026

Потапов В.

Метод РЕСУРС, или Как победить своих драконов /
В. Потапов — «Автор», 2026

Кто кричал в твоём горле до тебя?» Каждое утро Денис просыпается с ощущением, будто его душат. Врачи говорят, это ВСД. Друзья советуют отпуск. Начальник требует отчётов. Никто не знает, что Денис носит в себе чужой крик, который не был произнесён пятьсот лет назад. Профессор Калинин видит прошлое, как открытую книгу. Он щёлкает пальцами — и Денис проваливается в тела своих мёртвых предков. Он чувствует, как горят его руки. Как голод разъедает желудок. Как немеет язык от страха, когда нужно сказать правду. И с каждым возвращением Денис всё отчётливее понимает: его болезнь — это не его вина. Это наследство. Но кто будет платить за чужие грехи? И можно ли разорвать проклятие, которое длится веками? «ДЫШИ» — это роман о тех, кто боится говорить. О том, как прошлое управляет настоящим. И о том, что однажды тебе придётся встретиться с теми, кто живёт внутри твоей крови. "Читается на одном дыхании. И после него хочется выдохнуть".

© Потапов В., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Глава 1	5
Конец ознакомительного фрагмента.	8

Виктор Потапов

Метод РЕСУРС, или Как победить своих драконов

Глава 1

Глава 1. Диагноз, которого нет

Денис проснулся от того, что горло горело. Не как при ангине — сухо, остро, будто внутри сидел раскалённый уголь, который нельзя было ни проглотить, ни выплюнуть. Он сел на кровати, хрипло кашлянул, но звук вышел сдавленным, как у человека, который пытается кричать под водой.

Опять.

Он посмотрел на телефон — 6:43 утра. Надо вставать, но желудок скрутило привычной тянущей болью. Не той, что проходит после таблетки, а глухой, вязкой, которая пряталась где-то под рёбрами и просыпалась каждый раз, когда он должен был сказать важное слово. Начальнику. Жене. Самому себе.

Денис выпил воды, нажал на живот — боль стихла, но не ушла. Она никогда не уходила. За последние два года он обошёл всех врачей в городе. Гастроэнтеролог прописал диету и «Нольпазу». Невролог развёл руками: «ВСД, нервничаете меньше». Кардиолог сказал, что сердце в порядке, а психотерапевт — единственный, кто попытался копнуть глубже, — после трёх сессий деликатно посоветовал обратиться к психиатру.

Денис не пошёл. Он был менеджером среднего звена в крупной IT-компании, и слово «психиатр» в его резюме звучало как приговор.

—

В тот вторник всё повторилось. Совещание, презентация, начальник, который смотрел сквозь него, когда Денис предлагал новый проект. Он чувствовал, как слова застревают в горле, как желудок сжимается в узел, а ладони становятся липкими от пота. Вместо «я считаю, нам нужно изменить стратегию» он выдал что-то про «возможные корректировки», и начальник кивнул, уже глядя в телефон.

Вечером Денис сидел в баре с единственным другом — Костей, который работал журналистом в медицинском журнале. Костя слушал его жалобы, крутил в пальцах стакан и внезапно сказал:

— Слушай, есть один старый пердун. Калинин. Раньше в МГУ психофизиологией занимался, но его выперли за «эксперименты с исторической памятью». Говорят, он лечит руками и голосом. К нему очередь на месяц вперёд, но я могу записать.

— Он шарлатан, что ли? — нахмурился Денис.

— Не знаю. Но у него есть одна фишка, — Костя понизил голос. — Он не спрашивает, что у тебя болит. Он говорит, откуда это пришло. В смысле — из какого века.

Денис хотел засмеяться, но горло снова сжалось, и смех вышел похожим на хрип.

—

Кабинет профессора Калинина оказался на окраине города, в старом двухэтажном особняке, который чудом не снесли застройщики. Внутри пахло пылью, старым деревом и табаком. На двери висела табличка, выцарапанная от руки: «*Приём по записи. С собой — сменная одежда и страх.*»

Денис постучал, толкнул дверь и вошёл.

В комнате царил хаос: стеллажи, заваленные книгами по краям, стопки бумаг на полу, засохшие травы в пучках под потолком. На столе — остывшая чашка с чаем и пепельница, полная окурков. За столом сидел мужчина лет шестидесяти с нечёсаной седой шевелюрой, в мятом пиджаке, с карими глазами, которые смотрели с таким прищуром, будто он видел Дениса насквозь ещё до того, как тот вошёл.

— Денис? — голос был низким, чуть хриловатым, с лёгкой усмешкой. — Присаживайся. Но сначаланими ботинки.

— Зачем?

— Земля должна слышать твои стопы, — Калинин махнул рукой на ковёр. — Там, под этим ковром, паркет, которому сто пятьдесят лет. Он запомнил больше твоих врачей. Садись.

Денис нехотя снял обувь, сел в старое кресло, которое неприятно скрипнуло. Желудок тут же отозвался ноющей болью.

Калинин закурил, не спрашивая разрешения, и выпустил дым в потолок.

— Хорошо, — сказал он, разглядывая Дениса. — У тебя комок в горле, и ты не можешь дышать полной грудью, когда кто-то на тебя давит. Печень сжата, желудок в узле. Это не гастрит, Денис. Это страх. Но не твой.

— Я не понимаю, — выдавил Денис. — Вы психолог или экстрасенс?

Калинин усмехнулся и щёлкнул пальцами. В комнате погас верхний свет, осталась только одна свеча на столе. Жёлтое пламя дрогнуло, и тени заплясали по стенам.

— Экстрасенсы работают с будущим. Я работаю с прошлым. Твоим прошлым. Или не совсем твоим. Это зависит от того, как ты это назовёшь. Я называю это памятью костей.

Денис хотел встать, но ноги не слушались. Взгляд приковало к огню. Калинин заговорил — медленно, тягуче, как будто его голос шёл не из горла, а откуда-то снизу, из самого центра пола:

— Смотри на пламя. Только на пламя. И слушай своё тело. Что болит сейчас сильнее всего?

— Горло, — выдохнул Денис.

— А что оно хочет сделать? Выкрикнуть что-то? Плакать? Молчать?

— Молчать, — прошептал Денис, чувствуя, как воздух становится плотным, как вата.

— А что ты чувствуешь под ногами? — голос Калинина стал жёстче. — Ну же, Денис. Я не прошу тебя думать. Чувствуй. Пол. Паркет. Землю под ним.

Денис сконцентрировался. Стопы касались ворса ковра, но под ним действительно чувствовалась твёрдая, холодная поверхность. И вдруг — дерево вздрогнуло. Или ему показалось? Пламя свечи метнулось в сторону, и стены кабинета поплыли. Запах табака смешался с запахом гари, сырости и...

Криков.

— Видишь? — голос Калинина звучал уже сзади, как будто он стоял у Дениса за спиной. — Не закрывай глаза. Ты должен это увидеть. Это твой ключ.

Денис понял, что он уже не в кресле. Он стоял на мокрой земле босиком, а вокруг него — лес. Нет, не лес. Площадь. Узкая, вымощенная камнем, и в центре — высокий столб. От него несло дымом, и в дыму угадывалась фигура человека, привязанного к столбу. Толпа, одетая в грубые рубахи и овчины, смотрела на Дениса. Нет, не на него. На того, кто был привязан.

Денис попытался сделать шаг, но его ноги не двигались. Он понял, что он — не он. Он смотрит на происходящее глазами этого привязанного. Он чувствует, как верёвки впиваются в запястья, как горло сжимает сухой кашель, а перед глазами — лица. Злые, пьяные, искажённые. Кто-то кричит:

— Вяжи его крепче! Чтобы не вырвался!

— Он колдун! Он приносит засуху!

Голос за спиной — Калинин, но словно из другого измерения:

— Запомни это ощущение. Ты — это он. Он боится так же, как боишься ты. Только его страх — о настоящей смерти. А твой — о маленьком начальнике. Вдохни, Денис. Глубоко. Сделай вдох через нос и выдохни через рот. Шумно. Как будто ты выдуваешь этот огонь.

Денис попытался, но в груди была пустота. Только хрип. Вдруг кто-то в толпе бросил в костёр сухую ветку, и пламя взметнулось вверх. Жар ударил в лицо, и Денис закричал. Тот самый крик, который он сдерживал всё утро, всю неделю, всю жизнь, вырвался наружу:

— НЕ НАДО!

Он не понял, что произошло дальше. Резкий хлопок — и его вышвырнуло обратно.

Денис сидел в кресле, мокрый от пота, с бешено колотящимся сердцем. Свеча всё так же горела на столе. Калинин стоял напротив, держа в руках стакан воды.

— Попей, — сказал он спокойно. — У тебя горло всё ещё болит. Но теперь ты знаешь, кто там сидит.

Денис жадно сделал глоток. Вода показалась сладкой. Он смотрел на свои дрожащие руки и не мог выговорить ни слова.

Калинин сел обратно, затушил сигарету и усмехнулся:

— Это был 1612 год. Вскоре после Смуты. Какого-то местного мужика сочли колдуном за то, что он предсказал неурожай. Его сожгли на площади. И перед самой смертью он выкрикнул проклятие — что его род будет вечно бояться говорить правду. Каждое поколение его крови — твоей крови — будет давиться этими словами. Ты подавился сегодня на совещании. А он подавился криком за пятьсот лет до тебя.

Денис поднял глаза. В них была растерянность, страх и первая искра осознания.

— Это ведь бред, — выговорил он.

— Бред? — Калинин щёлкнул пальцами, и снова зажёгся верхний свет. — Тогда почему твой желудок перестал болеть?

Денис вдруг понял: боль ушла. Не притупилась, не затихла — исчезла. Он приложил ладонь к животу — внутри было пусто и легко.

Калинин наклонился вперёд и тихо сказал:

— Это только начало. Завтра в это же время — вернись. Если хочешь, чтобы оно не повторилось. Но предупреждаю: возвращаться в прошлое — не значит нажимать кнопку «пауза». Там тоже хотят жить. И они запомнили тебя.

Он откинулся на спинку стула и добавил уже почти шёпотом:

— Добро пожаловать в свою историю, Денис. Только её никто не писал за тебя.

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.