

ТЕНЬ В ЗАПОВЕДНОМ ЛЕСУ.
Спектр клинических
расстройств

Елена Богданова

Елена Богданова
ТЕНЬ В ЗАПОВЕДНОМ
ЛЕСУ. Спектр
клинических расстройств

<https://litres.ru/74466739>

SelfPub; 2026

Аннотация

Эта книга — бережное и глубокое психологическое путешествие по лабиринтам разума в уникальном жанре клинического фэнтези. Самые тяжелые ментальные состояния — депрессия, посттравматический стресс, генерализованная тревога, паника и социофобия — преобразены здесь в таинственные заклęcia темных сестер-колдуний, опутавшие Дикоземье. Вместе с мудрым Охотником Велемиром и его учеником Иваром вы пройдете сложный, но исцеляющий путь через заповедные леса и заброшенные цитадели, разбирая скрытые защитные механизмы собственной психики. Помимо захватывающего сюжета, книга содержит подробные разборы психологических ловушек и пошаговые соматические практики заземления для самостоятельной борьбы с выгоранием, паникой и жгучим стыдом. Сбросьте фальшивые маски, разрушьте стены

изнуряющего контроля и верните своей душе потерянный, законный покой.

Содержание

ПРЕДИСЛОВИЕ: Охота на невидимых Колдуний	5
ЧАСТЬ I: Заклятие Серой Невидимки	8
ГЛАВА 1. Серебро на пути к Велемиру	8
ГЛАВА 2. Пустой кубок кузнеца	15
ГЛАВА 3. Бесцветная пряжа	26
ГЛАВА 4. Дом заколоченных ставней	37
Конец ознакомительного фрагмента.	38

ТЕНЬ В ЗАПОВЕДНОМ ЛЕСУ. Спектр клинических расстройств

ПРЕДИСЛОВИЕ: Охота на невидимых Колдуний

Человеческая психика устроена удивительно: когда внешняя реальность становится слишком громкой, пугающей, изменчивой или невыносимо болезненной, наш разум включает невидимую защиту. На языке современной клинической психологии и международных классификаций эти состояния называют депрессиями, посттравматическим стрессом, паническим или ипохондрическим расстройством. Но для израненной человеческой души они ощущаются совсем иначе. Они приходят как невидимые, тяжелые оковы, которые мешают дышать, радоваться жизни и заставляют человека закрывать ставни своего дома от всего мира.

Эта книга задумывалась как бережный, доступный и безопасный путеводитель, который протянет вам руку помощи прямо со страницы и поможет самостоятельно приоткрыть дверь в мир практической психологии. Поэтому глубокие

профессиональные знания и клинические протоколы здесь бережно вплетены в живую ткань славяно-кельтской сказки — универсальный, метафорический язык, который легко воспринимается нашим бессознательным.

Вместе с мудрым Охотником Велимиром и его юным учеником Иваром вы отправитесь в путешествие по туманному Дикоземью. Шаг за шагом, поселение за поселением, вы будете освобождать этот мир от древних Заклятий, которые парализовали его жителей.

Вы узнаете, как сбросить удушающую серую накидку Серой Невидимки (Депрессии). Как выбраться из подземных катакомб Окаменевшего Эха (Паники и Агорафобии). Как разбить маски и выйти из Зеркального Омута (Социофобии). Вы пройдёте сквозь Стекланный Мир, где люди превратились в замерзшие манекены (Диссоциация), опустили руки от бессилия (Выученная беспомощность) или пытаются защититься от хрупкости бытия иллюзорными баррикадами из лекарств (Ипохондрия).

Бродя по этим тропам, помните: Велимир не уничтожает Колдуний. В природе всё должно быть в балансе. Его задача как Ведающего — провести бережное расследование и понять, от какого невыносимого напряжения или глубинного горя психика человека когда-то сделала свой выбор укрыться за этим проклятием. Ваша тревога, паника или апатия — это не поломка и не слабость. Это были ваши единственные, отчаянные способы защитить свое хрупкое «Я» от разруше-

ния в моменты тяжелых жизненных штормов и потрясений.

Я пишу эту книгу не только как магистр психоанализа и клинический психолог, но и как Израненный Целитель. Я не понаслышке знаю, что такое абсолютная, разрывающая на части темнота, и что такое искать из нее выход. В каждую строчку этого путешествия вплетена не просто сухая наука, а глубокое сострадание к человеческой боли и искреннее желание помочь тем, кто сейчас проходит через свой собственный внутренний ад.

Эта книга создана для того, чтобы подарить вам надежду, душевную устойчивость и тот самый Живой Огонь — искру вашего внутреннего очага, которая способна согреть душу в любые, даже самые ненастные времена. Каждая глава здесь — это шаг к освобождению вашей собственной силы из плена старых контрактов. Позвольте этой истории увести вас по тропам Заповедного Леса, чтобы вернуть себе право дышать, чувствовать яркие краски жизни и спокойно засыпать по ночам.

Добро пожаловать в Заповедный Лес. Твоя душа ждет своего Ведающего.

ЧАСТЬ I: Заклятие Серой Невидимки

ГЛАВА 1. Серебро на пути к Велемиру

В Деревне Вересковых Пепелищ пахло застоявшейся озерной водой, остывшей золой и бедой. Солнце, которое раньше щедро золотило соломенные крыши, теперь едва пробивалось сквозь плотную, мертво-серую дымку, заволакивающую небо. Деревня угасала. Жители двигались медленно, словно во сне, а их глаза были затянуты той самой пеленой, из-за которой человек перестает различать цвета.

В ратуше, под низкими дубовыми сводами, за длинным столом сидели угрюмые мужчины и женщины — те немногие, кого Проклятие Серой Невидимки еще не успело полностью лишить воли и сознания. Но с каждым днем их становилось всё меньше.

— Никто уже не может быть уверен, что завтра утром проснется прежним и сохранит свой разум! — Громкий, хриплый голос старосты разорвал гнетущее молчание. Он со стуком опустил тяжелую ладонь на чертежи общинных земель. — Нужно что-то решать, иначе мы все пропадем! Сон-

ная серость заберет наши дома.

За столом пошла тяжелая волна вздохов. Люди переглядывались, но опускали головы — у них не было ответов. Все средства знахарей, все защитные обереги и руны, которые они рисовали на дверях, оказались бесполезны. Еще месяц назад странный недуг поразил всего двоих, а сегодня большая часть поселения сидела по темным углам, не в силах поднять руку, чтобы истопить печь или накормить скотину.

— Я поеду, — тихо, но твердо вызвался худощавый юноша, сидевший на грубой скамье поодаль от всех, у самого очага. В его глазах, в отличие от остальных, еще горел упрямый, живой огонек. — Я слышал от своего отца, когда он еще был в здравии и помнил наши законы... Он рассказывал про Охотника за Проклятиями. Про Велемира. Он умеет расторгать контракты с Тенью.

В зале тут же зашумели. Люди начали испуганно перешептываться и качать головами.

— Да ты с ума сошел, парень! — Раздался голос старого мельника. — Велемир не из наших мест. Поговаривают, что он вообще не от мира сего, ведает тем, о чем живому человеку и думать грешно. Привезешь в деревню еще большую беду!

Юноша встал, его кулаки сжались:

— А какие у нас есть варианты? Всё, что мы пробовали, принесло лишь пустоту. Мы ждем смерти, укутавшись в саваны!

Староста глубоко задумался, потирая седую бороду. Он посмотрел на угасающие лица своих людей и медленно произнес:

— Предлагаю голосование.

После долгих, тихих перешептываний люди потянулись к столу. Деревня Вересковых Пепелищ всегда славилась тем, что люди здесь умели помогать друг другу в лихую годину и никогда не кичились своим богатством. Они подходили по очереди, и на дубовые доски со звоном ложились серебряные монеты с древними кельтскими узорами. Кто был позажирнее — отдавал больше, у кого хозяйство было поскромнее — вытряхивал последнее из кошель. Путь до туманных скал, где жил Охотник, был неблизким и опасным, но это серебро было их общей платой за надежду.

Юноша бережно ссыпал тяжелые монеты в кожаный мешок, затянул узел и закинул его за плечи.

— Я вернусь с Велемиром, — пообещал он, выходя в серый предрассветный туман. — Или не вернусь вовсе.

Юноша, которого звали Ивар, нашел Охотника на самом краю Сумеречного Дола, где скалы сходились так близко, что небо казалось узкой серой лентой. Охотник согласился поехать, едва услышал название деревни, но серебряные монеты брать не стал — лишь молча кивнул и закинул на плечо свой потертый дорожный мешок.

Они ехали назад уже второй день. Дорога петляла между вековых мшистых дубов, и чем ближе они подъезжали к Ве-

ресковым Пепелищам, тем плотнее становился туман. Велемир был угрюм. После рассказа юноши он совсем замкнулся в себе, низко надвинув капюшон и глядя куда-то между ушей своего коня.

— Ты чего помрачнел, Велемир? — не выдержал Ивар, подгоняя свою лошадь поближе.

— Да так... вспомнил кое-что, — глухо отозвался Охотник, не оборачиваясь. Помолчав, он добавил: — Ты не верь во все байки, которые про меня в народе рассказывают. Придумывают много лишнего. А я обычный человек.

— А я и не верю, — спокойно ответил юноша. — Я не сужу о людях по всяким небылицам. А вот мой отец рассказывал, что ты многие деревни от Тени спас. Как тебе это удалось в одиночку?

Велемир тяжело вздохнул, и его пальцы крепче сжали кожаные поводья.

— Знаешь... однажды, совсем мальцом, я ушел далеко от своей родной деревни. В самый глухой лес. Хотел диковинных цветов для отца набрать — он у меня знатным знахарем был, в травах души не чаял. Ушел я рано утром, далеко в чащу, потому что цветы эти редкие росли только на дальних полянах и раскрывались в определенное время, сразу после полудня. Пока я их искал да собирал, уже и вечереть стало. Возвратился домой — а там никого. Пусто. Я в соседний дом кинулся — а там тоже ни души. Еда на столах остывает, скотина в хлевах стоит, а вся деревня как будто сгинула, раство-

рилась в воздухе.

Ивар затаил дыхание, боясь перебить Охотника.

— Собрал я тогда свою маленькую котомку и пошел искать людей, — тихо продолжал Велемир. — Не понимал я тогда глупый, что на деревню чары были наложены, а меня они не коснулись только потому, что я слишком далеко в лесу был. Долго ли, коротко ли шел — не помню уже. Но набрел в глуши на хижину старика-лесовика. Он-то мне всё и рассказал. Что, мол, на деревню нашу разом Три Сестры морок навели и вывели всех людей в одночасье в бездну. Так я остался сиротой. Но старик добрым оказался. «Оставайся, — говорит, — у меня, я тебя примудростям разным научу, таким, которых уже давно никто на земле не знает. А ты помогать мне будешь. Старый я уже, тяжело одному, да и в травах ты отцовских разбираешься — хорошим учеником станешь». Так я и стал Ведающим.

Велемир внезапно натянул поводья, заставив коня остановиться. На его бледном лице заиграли резкие тени от ветвей.

— Похоже, приближаемся, — произнес он, пригнувшись к влажному воздуху.

— Как ты понял? — Ивар испуганно огляделся, но вокруг был лишь серый туман.

— Чувствую нечисть всякую. По воздуху от них шлейф идет определенный — пахнет онемением и сыростью. Сумрак посмотри, только не вглядываясь, расфокусируй глаза, и увидишь дымку над тропой.

Ивар зажмурился, потом открыл глаза и уставился на туман:

— Я не умею так. Если смотреть, то вглядываться надо, чтобы рассмотреть детали.

— Ошибаешься, — Велемир тронул коня шагом. — Чтобы увидеть скрытое проклятие, зрение по-другому нужно настраивать. Если смотреть слишком жестко — увидишь только обычные деревья. А Тень прячется между полутонами.

— Ладно тебе, не морочь мне голову, — буркнул юноша, хотя по его спине пробежали холодные мурашки.

Лошади сделали еще несколько шагов, и сквозь плотную завесу серой дымки впереди наконец-то проступили покосившиеся и безжизненные силуэты соломенных крыш Деревни Вересковых Пепелищ.

Приближаясь к первым домам, Велемир резко натянул поводья. Ивар едва не налетел на него сзади, но, проследив за взглядом Охотника, испуганно замер.

Над крышами домов, прямо в сером небе, лениво закручивались тяжелые, маслянистые вихри сумрака. Они не были обычным дымом из печей — они двигались против ветра, медленно стягиваясь от окраин к центру поселения, словно собираясь в одно огромное, грозное черное облако. Воздух вокруг стал настолько вязким, что кони испуганно храпели и отказывались идти вперед.

— Нам надо прибавить ходу! — Велемир расправил широкие плечи, его угрюмость мгновенно сменилась жесткой

собранностью Охотника. — Ивар, торопись! Вихри сумрака собираются вместе. Это Проклятие выкачивает из твоих людей последние остатки сил. Как только они отдадут всю свою жизненную энергию Тени — облако сомкнется, и спасти будет уже некого. Будет слишком поздно.

ГЛАВА 2. Пустой кубок кузнеца

Они ворвались в деревню галопом, но стук копыт тонул в липкой, звенящей тишине улиц. Деревня казалась вымершей. Ни лая собак, ни детского смеха. Проезжая мимо ратуши, Велемир свернул к площади, у края которой высилась приземистая каменная постройка с тяжелой дубовой дверью. Окна были черными, а из трубы не шло ни искорки. Это была главная кузница.

Когда-то здесь круглосуточно гремел металл, а искры долетали до середины улицы. Теперь же на пороге, прямо в остывшей золе, сидел Кузнец — самый сильный и могучий мужчина в поселении. Его огромные руки бессильно лежали на коленях, голова была опущена, а на плечах плотным, тяжелым слоем лежал пепельный саван Серой Невидимки. Рядом в грязи валялся его знаменитый кузнечный молот, который никто в деревне не мог даже приподнять. Кузнец смотрел перед собой остекленевшим, пустым взглядом.

Велемир соскочил с седла ещё до того, как его конь полностью остановился. Его сапоги глубоко увязли в серой, мёртвой золе, которой была усыпана вся земля возле кузницы. Он подошёл к великану и внимательно взгляделся в его лицо.

— Посмотри на его плечи, Ивар, — тихо, но жёстко произнёс Охотник, не оборачиваясь к юноше. — Видишь этот серый налёт на его кафтане? Это не копоть от горна. Это па-

утина Серой Невидимки. Она всегда начинает с самых сильных. Ей нужно выкачать волю у тех, на ком держится деревня, чтобы остальные сдались без боя.

Ивар тоже слез с коня, испуганно прижимая к себе кожаный мешок с серебром.

— Дядька Бьёрн... — позвал юноша, делая шаг к кузнецу. — Это же я, Ивар. Я привёл его. Я привёл Охотника! Вставай, надо разжечь огонь, сумрак над нами уже в тучу сбивается!

Кузнец медленно, с трудом повернул голову. Его шея скрипнула, словно несмазанные ворота. В его глазах не было ни страха, ни злости — только леденящая, бесконечная пустота.

— Зачем?.. — выдохнул он, и этот звук заставил Ивара вздрогнуть. — Пусть собирается. Мне всё равно, парень. Огонь мёртв. И я мёртв. Иди мимо. Здесь больше некому ковать мечи.

Велемир присел перед ним на корточки, заставив Кузнеца посмотреть себе в глаза.

— Твоё тело цело, Бьёрн. Руки не сломаны, сердце бьётся. Почему ты решил, что ты мёртв? — Охотник протянул руку и слегка коснулся пальцами тяжёлого кузнечного молота, лежащего в грязи. От металла веяло могильным холодом.

— Потому что внутри меня ничего не осталось, — Кузнец закрыл глаза, и его огромная грудь тяжело опустилась. — Я всю жизнь тащил эту деревню на себе. Мой отец говорил

мне: «Ты железный, Бьёрн. Ты не имеешь права падать. Ты должен ковать, даже если руки устали». И я ковал. За двоих, за троих, без сна и продыху. А месяц назад я проснулся утром... и не смог поднять руку. Молот стал весить как целая скала. И в эту секунду ко мне пришла Она.

— Серая Невидимка, — констатировал Велемир.

— Да, — прошептал Кузнец. — Она накинула мне на плечи свой мягкий, прохладный плащ и шепнула: «Отдохни, Бьёрн. Ты так устал. С тебя больше никто ничего не потребует. Будь никем. Будь бессильным, и тогда этот вечный долг наконец-то отпустит тебя». И знаешь что, Охотник? Мне впервые в жизни стало так легко. В этой серости нет боли. В ней вообще ничего нет. Оставь меня здесь. Бессилие — это единственный способ для меня просто лежать и не быть должным всему миру.

Ивар в ужасе посмотрел на Велемира:

— Охотник, что он такое говорит?! Он же сдался!

Велемир поднялся, его взгляд стал глубоким и сострадательным.

— Он не просто сдался, Ивар. Его психика задыхалась от непосильной ноши, и этот ступор — её единственный способ спасти Бьёрна от полного безумия. Он выбрал стать каменным, чтобы его наконец-то оставили в покое. Но Колдунья обманула его: плащ, который обещал отдых, медленно высасывает его жизнь.

Охотник обернулся к кузнице и резко дёрнул запертую

дубовую дверь. Она поддалась с пронзительным скрежетом. Внутри царил полумрак, пахло старой гарью и сыростью. Огромный кузнечный горн в центре зала выглядел как мёртвый алтарь.

— Ивар, нам нужно вернуть этому дому тепло, но не для того, чтобы заставить Бьёрна снова работать на деревню. Нам нужно разжечь огонь для него самого.

— Но в горне только старый пепел! — крикнул юноша, подходя к огромным кожаным мехам. — Дрова отсырели, искры нет!

— Искра есть внутри Бьёрна, просто она завалена камнями его вечного «Я должен», — Велемир достал из своего кожаного мешка небольшой флакон из темного стекла, в котором переливалось густое, золотистое масло. — Раздувай мехи, Ивар! Качай изо всех сил! А я пойду расторгать его сделку с Серостью.

Велемир стремительно прошёл вглубь кузницы, перешагивая через разбросанные в беспорядке заготовки и ржавые клещи. Его острый взгляд скользил по тёмным полкам, заваленным остывшим шлаком. Внезапно среди груды серого лома что-то блеснуло. Охотник протянул руку и извлёк на свет небольшой медный кубок. Он был покрыт толстым слоем пыли, но стоило Велемиру смахнуть её ладонью, как под пальцами проступили искусные, хотя ещё немного неуверенные, детские узоры.

— Вот оно! — вскрикнул Велемир, и его голос эхом раз-

нёсся под мрачными сводами кузницы.

Ивар на секунду перестал качать мехи и удивлённо уставился на Охотника:

— Что это, Велемир? Просто старая кружка...

— Не просто кружка, Ивар, — Велемир бережно вынес находку к свету, на порог. — Этот кубок сделал сам Бьёрн, когда ему было всего десять лет. Его отец тогда заботливо помогал ему, поправляя своей огромной ладонью каждый завиток на неокрепшем металле, обучая сына семейному ремеслу. Из поколения в поколение передавалось это умение в их роду. В этом кубке — его первая, чистая любовь к огню. Время, когда ковать было не тяжёлым бременем, а весёлой игрой рядом с отцом.

Велемир откупорил флакон из тёмного стекла и капнул несколько капель золотистого масла прямо на дно медной чаши. Кубок мгновенно отозвался — металл потеплел, засиял изнутри ровным, янтарным светом, а узоры на нём словно ожили. Охотник подошёл к замершему гиганту и протянул ему чашу:

— Выпей это, Бьёрн. Это вернёт тебе тепло. Но не для того, чтобы ты снова стал каменным щитом для деревни. Вспомни, ради чего ты сам, по своей воле, когда-то выбрал этот огонь.

Бьёрн медленно, словно преодолевая сопротивление невидимых цепей, поднял свои огромные дрожащие руки и взял маленький кубок. Едва его пальцы коснулись тёплого

металла, как саван Серой Невидимки на его плечах пошёл мелкими трещинами.

Как только Бьёрн поднёс кубок к губам и сделал первый глоток, в его могучей груди что-то резко сжалось. В один миг сквозь пепельную серость прорвались воспоминания тех далёких, ярких и абсолютно безоблачных дней. Внутренний взор Кузнеца затопило картинами из детства. Он вспомнил всё: как совсем малым пацаном крутился у горна, как отчаянно упрашивал своего отца, чтобы тот как можно раньше взял его в подмастерья и начал обучать мастерству. Он снова увидел себя — маленького, замороженного огнём мальчика, который затаив дыхание смотрел на танцующие искры и на всё, что делают сильные руки его отца. Как сильно ему тогда хотелось поскорее вырасти, стать взрослым и продолжать это великое семейное дело!

Тяжёлая слеза покатилась по заросшей щеке Кузнеца, оставляя чистую дорожку на грязной от золы коже.

— Отец... — хрипло прошептал Бьёрн, и его плечи судорожно задвигались. — Я забыл. Я забыл, как сильно любил этот звук. Я думал только о том, что всем должен... Я превратил своё ремесло в каторгу.

— Колдунья заставляет тебя помнить только усталость, чтобы выкачать твою душу, — Велемир положил руку на его плечо, и его голос зазвучал с великой силой. — Но твоя искра — она принадлежит тебе, а не деревне и не чужому долгу. Вставай, мастер. Твой отец ковал с радостью. Пора рас-

топить этот лед.

Бьёрн глубоко, со свистом вдохнул воздух. В его глазах, где ещё минуту назад царила пустая серость, внезапно полыхнул багровый, яростный отблеск настоящего кузнечного пламени. Он медленно начал подниматься с колен, и пепельный плащ Серой Невидимки с громким шуршанием осыпался к его ногам безжизненной сухой грязью.

Бьёрн распрямился во весь свой исполинский рост. Шагнув внутрь кузницы, он уверенно переступил через кучу серого шлака. Саван Серой Невидимки, скользнувший за ним следом по полу, начал блекнуть и таять от одного лишь приближения Кузнеца к родному очагу.

— Ивар, отойди от мехов, — гулким, окрепшим голосом скомандовал Бьёрн. — Теперь я сам.

Он ухватился за тяжелый деревянный рычаг. Кожаные мехи вздохнули глубоко, на полную грудь, и в самое сердце остывшего горна ворвался мощный поток воздуха. Велемир плеснул остатки золотистого масла прямо на серые угли. Из горна с веселым ревом вырвалось чистое, изумрудно-золотое пламя, окрасив каменные стены в теплые янтарные тона. Воздух в кузнице мгновенно наполнился забытыми запахами: ароматом каленого железа, сухих березовых дров и разогретого воска.

Бьёрн подошел к порогу, наклонился и одной рукой легко, словно пушинку, поднял из грязи свой огромный молот. Металл орудия, соприкоснувшись с горячей ладонью масте-

ра, мгновенно очистился от болотной ржавчины и засиял как зеркало.

— Труд, в котором есть любовь и свобода, всегда побеждает тьму, Бьёрн, — тихо произнес Велемир, отступая к дверям и освобождая мастеру место у наковальни. — Когда ты творишь ради радости, а не ради чужого принуждения — никакая Серая Невидимка не сможет коснуться твоего плеча. Твой огонь снова принадлежит тебе.

Кузнец вытащил щипцами из горна раскаленный добела кусок железа, положил его на наковальню и с размаху опустил молот.

Колоссальный, чистый звон разнесся над Деревней Вересковых Пепелищ. Во все стороны брызнул сноп ослепительных золотых искр. Каждый удар молота отзывался в небе над ратушей: маслянистые вихри сумрака, собиравшиеся в черную тучу, начали стремительно редеть и рассеиваться, не выдерживая вибрации этой живой, созидательной силы. Небо над кузницей начало очищаться, пропуская первые лучи настоящего, теплого солнца.

Бьёрн ковал, и на его лице сияла широкая, счастливая улыбка. Он больше не был каменным рабом деревни. Он снова был Творцом, который заново нашел свой Источник.

Из дневника Охотника

«Записи в синей тетради, сделанные на бересте у затухающего костра, неподалеку от кузницы Деревне Вересковых Пепелищ.

Сегодня, когда горн кузнеца снова задышал живым огнем, я долго сидел на перевернутой наковальне, глядя на его руки. Мужчина, который еще вчера казался безвольным каменным изваянием, неспособным поднять чашу с водой, теперь уверенно держал тяжелый молот. В его глазах больше не было того серого, пепельного тумана. Пепел выветрился, уступив место живому теплу.

Морок, который сковал кузнеца, лекари древности называли депрессивным ступором и тотальным выгоранием. Для тех, чья сила превратилась в непосильную ношу, я оставляю эти знаки на бересте.

Разум человека устроен удивительным образом: когда ты годами тянешь на себе чужие вozy, когда запрещаешь себе минутную слабость, отдых или слезы, внутри запускается скрытый механизм. Психика не может ломаться бесконечно. Рано или поздно она включает Бессилие как аварийный выход.

Депрессивный ступор — это не лень и не отсутствие воли. Это последний, отчаянный способ измотанного разума законно остановиться. Когда человек оглох к собственным потребностям и заглушил внутренний голос бесконечным „я должен“, разум выключает рубильники чувств и желаний. Он погружает тело в серый анабиоз, чтобы укрыться от непосильных требований мира. Это единственная баррикада, которую истощенная душа может возвести против удушающего долга.

В этом и кроется коварство ловушки Серой Невидимки. Проклятие Тени сладко и вкрадчиво. Оно не пугает монстрами, оно обещает покой. Тень шепчет уставшему человеку: „Откажись от всего. Перестань хотеть, перестань чувствовать, перестань стремиться — и тогда тебе перестанет быть больно. Стань серым, стань невидимым для жизни, и с тебя наконец снимут этот непосильный долг“.

Человек соглашается быть никем, соглашается превратиться в пепел, лишь бы прекратить эту круглосуточную кагоргу. Но цена этого покоя страшна — полный *отказ от самой жизни. В Серой Невидимке нет красок, нет радости, нет будущего. Это живая могила, где человек медленно увядает среди полного изобилия бытия.*

Ивар поначалу совершил ошибку, свойственную многим юным лекарям: он пытался заставить кузнеца работать силой воли. Он кричал ему о долге перед деревней, призывал вспомнить о мастерстве. Но пытаться хлестать кнутом павшую от истощения лошадь — бесполезно. Сила воли в этот момент пуста, в ней нет ни капли горючего.

Исцеление от Серой Невидимки идет совсем другим путем — через возвращение к Истинному Источнику. Нужно спуститься в прошлое человека и отыскать его самый первый, чистый дефицит. Тот миг, когда его ремесло было не обязанностью, не обузой и не источником заработка для всей общины, а чистой любовью, восторгом и творчеством. До того, как дело обросло чужими ожиданиями и требованиями.

Труд, в который возвращаются искренний интерес, игра и созидание, обладает великой магией. Он вымывает серый пепел из израненной души и зажигает внутренний горн заново. Человек исцеляется не тогда, когда снова начинает „тянуть все на своих плечах“, а когда разрешает себе творить ради самой радости творения, сбросив чужие ожидания со своих плеч...»

ГЛАВА 3. Бесцветная пряжа

Оставив позади кузницу Бьёрна, где теперь весело и жарко полыхал горн, Велемир и Ивар двинулись дальше по центральной улице Деревни Вересковых Пепелищ. Туман здесь был тоньше, но воздух казался неподвижным, застывшим, словно в заброшенном склепе.

Они остановились у большого, добротного дома с резными наличниками. Когда-то этот дом явно был самым гостеприимным в округе, но сейчас его двор зарос бурьяном, а над крышей вился тонкий, едва заметный, бледно-серый вихрь сумрака. Он не штормил, как над кузницей, он медленно и удушливо баюкал это место.

Из открытого окна доносился монотонный, ритмичный и бесконечно тоскливый звук: *тук-тук, тук-тук*. Так работает старый ткацкий станок.

Велемир толкнул калитку, и они с Иваром зашли в дом. Внутри всё было убрано до стерильного блеска, но в комнатах царил леденящий уют мёртвой выставки. У большого окна сидела немолодая женщина с аккуратно причесанными седеющими волосами — Ткачиха Марта. Её руки двигались с безупречным, автоматическим мастерством. Ловкие пальцы перебирали нити, челнок летал из стороны в сторону, но полотно, которое выходило из-под станка, было абсолютно бесцветным. Жёсткая, мёртвая серая ткань, похожая на пе-

пел.

Марта не повернула головы на стук сапог. Её глаза были сухими и отрешенными. Вкус жизни покинул это место.

— Красивый узор, хозяйка, — тихо произнес Велемир, подходя ближе к станку. — Но почему на нём нет ни единого цвета? В твоих сундуках полно крашеной пряжи.

Марта горько, едва заметно улыбнулась, не прерывая механической работы:

— Зачем узоры, чужак? Зачем цвета? Цвета — это обман. Они яркие, они радуют глаз, а потом блекнут и исчезают, оставляя лишь пустоту. Серая нить надежнее. Она ни обещает радости, а значит, за ней не придет горе. В этой серости спокойно. Мои пальцы работают, день проходит, и ладно...

Ивар сделал шаг вперед, его голос дрогнул от жалости:

— Тётушка Марта... Но ведь раньше твои покрывала славились на все ближайшие деревни! На них цвели вереск и золотая рожь. Моя мама до сих пор хранит твой платок.

Марта на секунду замерла, её пальцы дрогнули, но она тут же упрямо сжала губы и снова запустила челнок: *тук-тук, тук-тук.*

— То было раньше, Ивар. Раньше у этого дома была душа. А теперь это просто пустая изба. Уходи. Не мешай мне ткать моё бесцветное время.

Велемир бережно положил ладонь прямо на натянутые нити станка, останавливая его движение. Марта вздохнула и наконец подняла на него свои пустые, выцветшие от невы-

плаканных слёз глаза.

— Ты прячешься за этим стуком от звенящей тишины, Марта, — мягко сказал Велемир. — Этот большой дом строился для большой жизни. Я чувствую шлейф проклятия: ты согласилась отдать Серой Невидимке все свои чувства и краски мира, лишь бы не чувствовать, как больно находиться в этой пустоте. Расскажи мне, чьи голоса ты пытаешься заглушить стуком станка?

Марта бессильно опустила руки на колени. Её защита дала трещину. Она посмотрела на пустые углы просторной комнаты, и её губы задрожали.

— Этот дом... он ведь никогда не молчал, Охотник, — прошептала она, и её голос стал похож на шелест сухих осенних листьев. — Когда-то он был наполнен смехом, топотом и настоящей жизнью. У меня росли три дочери. Три мои ласточки, три моих сердца. Каждое утро начиналось с их беготни. Мы все вместе садились прямо здесь, на ковре, чесали шерсть, пряли, секретничали и смеялись. А вечером... вечером их отец возвращался с поля. Уставший, но такой счастливый. Он садился в центр, девчонки забирались к нему на колени, и мы все вместе усаживались слушать его сказки. В камине трещали дрова, пахло пирогами, и мне казалось, что это тепло будет длиться вечно. Это было моё цветное, расшитое золотом полотно обещания.

Она сглотнула подступивший к горлу ком:

— А потом время безжалостно потекло вперед. Дочери

выросли. Одна за другой они вышли замуж и уехали в дальние дома своих мужей. У них теперь своя жизнь, свои заботы, свои очаги. А два года назад не стало и моего мужа. И гнездо опустело. В один прекрасный день я осталась в этой оглушительной, страшной тишине. Я садилась за стол — а тарелка одна. Я смотрела на пустые комнаты, и мне казалось, что я схожу с ума от тоски. Моё прошлое умерло, будущее стало ненужным. И тогда ко мне пришла Серая Невидимка. Она соткала вокруг меня этот кокон. Она стёрла все краски, притупила все вкусы. Теперь мне не весело, но мне и не больно. Я просто механически перебираю нити, чтобы дожить свои дни, не вспоминая о том, как сильно я была счастлива. Потому что помнить об ушедшем счастье в пустом доме — это невыносимая пытка.

Ивар отвернулся к окну, кусая губы, чтобы не расплакаться. Велемир молча слушал, контейнируя эту огромную, легальную материнскую скорбь, которой Марта не давала выхода.

— Твои дочери выросли и улетели, Марта, и это естественный закон жизни, — тихо произнес Велемир. — Но они живы. И твоя любовь к ним жива. Колдунья внушила тебе, что если гнездо опустело, то и птица должна умереть. Ты вытеснила радость прошлого, чтобы защититься от боли настоящего. Но посмотри на свои руки — они всё ещё помнят тепло твоих детей.

Охотник бережно опустил руку в глубину своей потертой

кожаной котомки. Его пальцы коснулись деревянной шка-
тулки, обтянутой старой кожей. Он достал её и аккуратно
открыл крышку.

На ладони Охотника лежал засушенный цветок. Тот са-
мый, диковинный, с нежно-голубыми, светящимися лепест-
ками и золотой сердцевинкой. Тот самый цветок, за которым
он, будучи маленьким мальчиком, ушел когда-то в глухую
лесную чащу, пока его родная деревня безвозвратно гибла в
чарах Трех Сестер.

Прошли десятилетия. Велемир исходил сотни дорог, его
лицо покрылось шрамами, а сердце заковалось в броню. Но
этот цветок, вопреки всем законам природы и безжалостно-
му бегу времени, оставался точно таким же ярким, сочным
и красочным, словно его сорвали всего минуту назад. На его
лепестках всё еще дрожала капля застывшей лесной росы,
отражая янтарное пламя горна, доносившееся с улицы от
кузницы Бьёрна.

Марта невольно затаила дыхание. В её серых, выцветших
глазах впервые за долгое время отразился этот живой, прон-
зительный небесно-голубой свет. Она несмело протянула ру-
ку, но побоялась коснуться лепестков, словно её серые паль-
цы могли осквернить эту чистую красоту.

— Что это, Велемир?.. — тихо, с благоговением спросила
она.

— Это моя память, Марта, — тихо ответил Охотник, и в
его суровом голосе промелькнула тёплая, детская грусть. —

Из-за этого цветка я когда-то потерял всё. Свою колыбель, своего отца-знахаря, свой дом и всех, кого любил. Я вернулся из леса в абсолютную, мертвую тишину. И мне тоже хотелось запереться в глухой избе или соткать вокруг себя серый кокон, чтобы больше никогда, слышишь — никогда не чувствовать этой невыносимой боли потери. Но старик-лековик научил меня главному закону: то, что ушло — не стерто. Твое прошлое — это не кладбище, Марта. Это твой фундамент.

Велемир бережно переложил светящийся цветок прямо на серое, пепельное полотно её ткацкого станка.

— Посмотри на него, — продолжал Охотник. — Моего отца давно нет на этой земле. Но любовь, с которой он учил меня собирать эти травы, и радость, с которой я бежал к нему через лес — они живы. Они застыли в этих лепестках. Время не может уничтожить то, что было соткано из настоящей любви. Твои дочери выросли, твой муж ушел в лучший мир, но то цветное лето, их детский смех и вечерние сказки у камина — никто не может у тебя отнять. Они не исчезли. Они хранятся внутри тебя, яркие и красочные, как этот цветок. Защищаясь от боли, ты заперла саму радость. Но без радости прошлого твое настоящее превратилось в трясину. Перестань воевать со своим прошлым. Впусти его тепло обратно.

Марта смотрела на голубой цветок, и её защита рухнула окончательно. Пронзительная, горячая волна осознания ударила ей в грудь. Пепельный саван Серой Невидимки, укуты-

вавший её плечи, с тихим треском лопающегося льда начал распадаться, превращаясь в невесомый серый дым, который тут же уносило сквозняком в открытое окно.

Её глаза, столько лет остававшиеся сухими и застывшими, наконец наполнились живой влагой. Марта закрыла лицо руками и зарыдала — громко, безутешно, выпуская наружу всю ту огромную, скопившуюся годы тишины материнскую боль, которой она не давала выхода. Это были горькие, но исцеляющие слёзы. Слёзы любви, которая наконец-то освободилась из серого плена.

Марта плакала долго, и с каждой пролитой слезой изголодавшаяся по жизни комната словно просыпалась от многолетнего зимнего сна. Ивар молча подал ей чистый платок, а Велемир спокойно ждал, зная, что эти слёзы вымывают из души самый тяжёлый застой.

Когда Ткачиха наконец опустила руки и глубоко, облегчённо вздохнула, её лицо преобразилось. Выцветшие глаза снова загорелись мягким, тёплым небесным светом. Она бережно взяла засушенный цветок Велемира, вернула его в шкатулку Охотника и с благодарностью посмотрела на него.

— Спасибо тебе, Ведающий, — тихо, но твёрдо сказала Марта. Её голос больше не шелестел сухой листвой, в нём появилась сочная, живая сила. — Я больше не боюсь помнить. Моё гнездо опустело, но птицы улетели, чтобы свить свои гнёзда, и я должна радоваться их полёту, а не оплакивать их крылья.

Она решительно повернулась к станку и положила ладони на натянутые нити. И в эту секунду произошло настоящее чудо интеграции.

Пепельно-серая пряжа на станке вдруг всколыхнулась, словно от дуновения тёплого майского ветра. Прямо под её пальцами серость начала стремительно отступать. Сначала робко, а затем мощным, неудержимым потоком по нитям побежали чистые, сочные краски: глубокий фиолетовый цвет цветущего вереска, ослепительно-золотой оттенок спелой ржи, нежная зелень луговой травы и лазурь летнего неба.

Марта запустила челнок, и стук станка теперь звучал как весёлая, ритмичная песня. Из-под её рук выходило не мёртвое полотно, а роскошный, дышащий жизнью ковёр. Он оживал на глазах, превращаясь в бескрайнюю лесную поляну, сотканную из множества прекрасных цветов. Казалось, по комнате даже разнёсся тонкий аромат нагретой солнцем земляники и свежего ветра. Серость отступила, вернув Марте вкус, радость и право чувствовать этот мир во всём его многоцветии.

Велемир улыбнулся, затягивая ремешок своей котомки. Над крышей дома Марты бледно-серый вихрь сумрака растаял без следа, уступив место чистому, прозрачному небу.

— Ну вот и всё, Ивар, — Охотник повернулся к выходу. — Одной Тенью в этой деревне стало меньше. Нам пора двигаться дальше. Сестра-Невидимка ещё прячется в этих переулках.

Они вышли на крыльцо, а вслед им из окон большого, теперь по-настоящему тёплого дома летел весёлый, звонкий и ритмичный стук ткацкого станка, возвращающий деревне её потерянные краски.

Из дневника Охотника

«Записи в синей тетради, сделанные на бересте поздней ночью, когда в доме Ткачихи наконец-то утих плач, а на ткацком станке затрепетали первые нити, окрашенные в цвет утренней зари.

Сегодня я долго смотрел на веретено, которое Ткачиха крутила своими тонкими, изрезанными нитью пальцами. Месяцами эта женщина пряла абсолютно бесцветную, серую пряжу, похожую на паутину из заброшенного sklepa. Город вокруг нее кипел красками, но для нее мир стал монохромным, плоским и неживым. Тень, поселившаяся в ее светлице, выпила не цвета из шерсти — она выпила цвета из ее души.

Морок, который сковал это место, лекари древности называли ангедонией — тотальной утратой способности радоваться, любить и чувствовать вкус жизни. Для тех, чья жизнь потеряла вкус и краски, я оставляю эти руны на бересте.

Разум человека, пережившего глубокое потрясение или потерю, часто совершает страшный подлог. Ангедония — это не просто отсутствие радости. Это крайний, отчаянный способ психики защититься от невыносимой, разрывающей грудь тоски потери.

Когда боль от утраты становится слишком велика, ра-

зум включает тотальную заморозку чувств. Тень Бесцветной Пряжи шепчет несчастной душе: „Запрети себе чувствовать яркие краски. Откажись от тепла, ведь за каждым теплом снова придет холод. Откажись от любви, ведь любовь приносит лишь раны. Укройся в безопасном сером коконе, стань никем, стань бесчувственным камнем — и тогда боль больше не сможет до тебя дотянуться“. Человек добровольно соглашается на эту внутреннюю смерть, выбирая вечную серую зиму вместо живой, но уязвимой весны.

В этом и заключается величайшая Ошибка Отречения. Пытаясь забыть ушедшее счастье, чтобы не раниться о пустоту настоящего, человек безжалостно уничтожает собственный фундамент. Он вырывает из земли свои собственные корни, думая, что так спасается от засухи. Но наше прошлое, наши воспоминания и наша любовь к тем, кого больше нет рядом — это не повод для вечного, удушающего траура. Это наш единственный, чистый Источник Радости, который делает нас людьми. Отрекаясь от памяти о счастье, чтобы заглушить боль, человек убивает в себе способность чувствовать что-либо вообще.

Ивар пытался помочь Ткачихе, принося ей яркие шелковые ленты и пытаясь насильно забить ее пустоту внешней суетой. Но это лекарство не работает. Нельзя согреть человека, заставив его смотреть на чужой костер через окно. Нельзя заставить радоваться силой.

Лекарство Охотника кроется в Легализации Памяти. Ис-

целение наступает не тогда, когда прошлое пытаются вычеркнуть или закрасить новой краской. Оно наступает тогда, когда человек наконец разрешает себе Оплакать свою потерю. Слезы — это не слабость. Это текучая вода чувств, которая растапливает лед ангедонии. Когда мы позволяем себе искренне горевать, сохраняя при этом внутреннюю, священную ценность прожитого счастья, морок рассеивается.

Радость прошлого должна впасть в Печаль настоящего, как река впадает в озеро. Только тогда вода чувств остается чистой и текучей, она не превращается в болото. И в тот миг, когда Ткачиха позволила себе плакать по ушедшему счастью, не пытаясь его забыть, серое полотно ее жизни снова расцвело первыми, живыми красками...»

ГЛАВА 4. Дом заколотченных ставней

О

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.