
Александр Лобачёв
Пэрис и Релея
внутренний
мир
18+

Александр Лобачёв

Пэрис и Релея внутренний мир

«Автор»
2026

Лобачёв А. Б.

Пэрис и Релея внутренний мир / А. Б. Лобачёв — «Автор», 2026

История, обо мне. Что я видел и в живую, чего не увидеть глазами. А потом проверил на практике и это всё оказалось правда.

© Лобачёв А. Б., 2026
© Автор, 2026

Александр Лобачёв
Пэрис и Релея внутренний мир

Почитал комментарии о красной книге Карла Юнга. Пишут почему так мало людей которые пишут такие красные книги. Меня эти комментарии вдохновили и я решил написать свою красную книгу. Назвал её Пэрис и Релея. Внутренний мир.

Всё, что ниже, — не вымысел. Это то, что я пережил, и теперь хочу этим поделиться. Не ради жалости, а чтобы кто-то, читая, вдруг выдохнул: «Я не один в темноте своего внутреннего мира». Пусть это будет как фонарь в коридоре, где свет не слепит, а просто показывает, что тут можно стоять. На жизнь во внешнем мире не обращайте внимания — она здесь лишь рамка, по которой видно, как трещины в окружающем мире повторяют изломы внутри меня.

Я родился в девяностом. А на следующий год рухнул Советский Союз. Про внешний мир все вокруг знали всё: кто куда пошёл, где дают хлеб, где закрыли магазин, кто на заводе остался, а кого сократили. Этот мир был понятным, его было видно и слышно, его было можно потрогать руками. Он жил по правилам, которые хоть и давили, но хотя бы были известны заранее.

А вот про внутренний мир знали только одно: там есть душа. И даже это знали не все — только половина тех, кто меня окружал. Для остальных внутренний мир был чем-то вроде старой кладовки: туда не ходят, пока не понадобится тряпка. Я тогда ещё не понимал, что кладовка эта со временем станет моим главным домом — и самым тёмным местом, где я буду учиться дышать.

На следующий год у меня появился брат. И время стало тяжёлым — не в смысле «мало игрушек», а так, будто воздух потяжелел. Потому что Советский Союз рушился, и вместе с ним оседали привычные опоры. Мир стал густым, как остывший кисель, и в нём приходилось пробираться шаг за шагом. Каждое движение — усилие. Я рос, учился ходить и говорить, и каждое новое слово было как попытка удержать равновесие на шаткой табуретке. В этих попытках я не столько осваивал язык, сколько учился прятать за словами дрожь в пальцах.

В шесть лет меня покусала собака. Не просто цапнула — а рванула мне щёку и нижнюю губу так, что края кожи разошлись, будто кто-то неаккуратно разорвал ткань. В больнице хирурги зашили губу внахлёст. Год она заживала. И всё это время я чувствовал её — тяжёлую, стянутую, чужую. Когда я ел или пил, жидкость капала изо рта, да и до сих пор капает. Но эта физическая неловкость была лишь зеркалом другой, более глубокой неловкости — ощущения, что моё тело больше не слушается меня, будто оно стало чужим костюмом, который сидит не по размеру.

Но хуже всего было не это. Хуже было то, как изменилось моё мировоззрение: я стал слышать не слова, а интонации, не фразы, а угрозы. Мир заговорил на языке страха, и я его выучил первым. Он звучал в скрипе дверей, в тяжёлых шагах на лестнице, в паузах между фразами взрослых. Я научился считывать опасность раньше, чем она становилась явной, — и это умение спасало, но одновременно запирало меня внутри себя, как в тесной комнате без окон.

Потом был сосед. В семь лет я пришёл к нему в гараж — там пахло бензином, пылью и маслом. Я стоял у верстака, смотрел, как он чинит машину, и мне хотелось просто подержать отвёртку — почувствовать её вес, понять, как она ложится в ладонь. В этом желании не было ничего особенного, но для меня оно было про принадлежность: «я тоже могу что-то делать, я тоже часть этого взрослого, понятного мира». Я спросил: «Можно отвёрткой поиграться?» Он кивнул: «Поиграйся». Я взял её и унёс домой играть — не как кражу, а как трофей: вот, я тоже что-то умею, я почти как он.

А утром он ворвался к нам в дом. Дверь он вышиб не ударом, а яростью — она распахнулась так резко, что сорвалась с петель. Он вломился, как буря, и начал меня бить — не по-отцовски, не по-соседски, а как будто я украл у него саму возможность быть спокойным. Он бил меня, как взрослого солдата, будто я был врагом, который перешёл границу. От этого шока внутри меня что-то треснуло — не кость, не кожа, а какая-то тонкая перегородка, которая до этого удерживала мир в понятном порядке. После этого удара реальность стала зыбкой: привычные вещи вдруг потеряли надёжность, а люди — предсказуемость.

И с того дня люди стали для меня не фигурами в пальто, а движущимися тенями, каждая из которых могла в любой момент стать бурей. Социофобия пришла не как диагноз из книжки, а как холод в груди, который не уходил даже летом. Я помню, как однажды стоял в школьном коридоре и чувствовал, будто между мной и всеми остальными натянута тонкая плёнка — такая, что звук доходил с задержкой, а лица казались чуть-чуть ненастоящими, как маски. В этой отстранённости я одновременно прятался и страдал: она защищала от новых ударов, но и отрезала меня от возможности быть увиденным.

С зубами начались свои беды. Кариес появлялся не как у всех — тихо, незаметно. У меня он врывался, как пожар: за пару дней дыра становилась такой, что даже холодный воздух причинял боль. Зубы были хрупкими, будто сделанными из старого фарфора. Я стал частым пациентом у стоматологов. Их кресла пугали меня не инструментами, а запахом — смесью спирта, железа и чего-то безнадёжного. Десны кровоточили так сильно, что чистить зубы было пыткой. Я глотал эту боль, как горькую таблетку, и думал, что так и должно быть: что в жизни положено терпеть. В этом терпении я учился не столько выносливости, сколько молчанию — умению не показывать, как сильно мне больно, чтобы не стать ещё более уязвимым.

Мы с братом пошли в школу в один год — мне было восемь. И сразу — в класс с замедленным психическим развитием. Не потому что я не понимал букв, а потому что система так решила: у нас дома не было нужных справок, не было «правильных» слов у родителей, чтобы объяснить, что со мной происходит. Родители развелись. Мы остались с бабушкой и матерью — трое в одном доме. Отец ушёл, и алименты приходили редко, как случайные письма без обратного адреса. Подарки на Новый год были только в виде конфет: маленькие свёртки, в которых пряталась идея заботы, но не сама забота. В этом несоответствии между формой и содержанием я впервые почувствовал, как легко можно подменить тепло жестом, а любовь — обязанностью.

До четвёртого класса я учился нормально. А потом у матери стало не хватать денег, чтобы растить двоих. И меня отдали отцу. Он жил с женщиной, у которой была дочка старше меня на шесть лет. В их доме я стал не сыном, а предметом, который забыли убрать перед гостями. Я остро чувствовал, что я лишний — не просто «ещё один рот», а что-то, что нарушает порядок. Мачеха требовала, чтобы я называл её только по имени-отчеству — не «тётя», не «мама», а строго: только на «вы» и по имени-отчеству. Это для меня звучало, как табличка на двери:

«Не приближаться». В этой формальности я ощущал не уважение, а дистанцию, которую мне не позволялось сократить.

Я стал бояться всего. Боялся не вовремя заснуть — вдруг это будет нарушением. Боялся сходить в туалет не так, что если стульчак не положу правильно, меня накажут за это. Боялся прикоснуться к чужой вещи без спроса — даже к стакану на кухне, не своему. Боялся сказать лишнее слово — оно могло стать поводом для замечания, а замечание — для наказания. Я ходил как по струнке, стараясь быть невидимым, бесшумным, незаметным. Внимание ко мне проявляли только тогда, когда нужно было указать на ошибку. Остальное время меня просто не видели. В этом невидимом существовании я учился прятать себя так тщательно, что постепенно почти перестал замечать собственное присутствие.

От этого постоянного страха и давления в пятом классе я стал троечником. Не потому что не мог решать задачи, а потому что в голове всё время звучал один и тот же вопрос: «А вдруг я сделаю не так?» Я сидел за партой рядом с одноклассником, который курил. От него пахло дымом, горелой бумагой и чем-то взрослым. Когда я приходил домой, от меня тоже пахло сигаретами — запах въедался в одежду, в волосы, в кожу. Отец и мачеха решили, что это я курю. И начали наказывать. Я говорил, что не курю, но мои слова звучали как оправдания — а оправдания в их доме не слушали. В этом разрыве между тем, что я знал о себе, и тем, как меня видели другие, я чувствовал себя всё более одиноким и бессильным.

Они довели меня до злости — той самой, которая рождается не из силы, а из бессилия. Из злости на несправедливость, на то, что меня наказывают за то, чего я не делал, я и начал курить в тринадцать лет. Не ради удовольствия, не ради «крутости» — а чтобы у меня наконец было что-то своё, пусть даже это «своё» было горьким и едким. С тех пор бросить не могу. Для меня это не просто привычка — это ритуал, в котором я удерживаю равновесие между тем, что должен, и тем, что чувствую. В каждой затяжке я словно пытался вернуть себе право на собственное пространство, даже если оно ограничено лишь этим маленьким кругом дыма.

Жили мы в селе. Психологов у нас не бывало никогда — да и слова такого никто не произносил. Кто они и чем занимаются — вообще не вникал никто. Был только завод да колхозы. Все были — металлурги да колхозники. Мир был простой и понятный: если тяжело — работай, если больно — терпи, если страшно — не показывай. В этом мире не было места для разговоров про то, что шевелится внутри груди, кроме одного-единственного объяснения, которое знали все: душа.

Как бабушка учила: «Душа в груди, верь в это». И больше никакой информации у меня не было. Я верил, как бабушка научила, и всё. Верил так крепко, что сам себе казался прозрачным: снаружи — руки, плечи, спина, сапоги в грязи; внутри — только тёплый комок, который иногда сжимается, иногда отпускает. Я не знал, что этот комок — целый мир, а не просто комок в груди. Не знал о существовании внутреннего мира и о том, кто такие Пэрис и Релея в нём. Наверное, если бы мне тогда рассказали про них, я бы это сказкой считал. А они — реальные. Они существуют во мне по-настоящему, просто я от незнания этого считал, что я — это только я: один, живущий на земле, во внешнем мире. Я — наружный хозяин себя самого.

Только мать с отцом и старших слушался в мире наружном, а что ещё и в мире внутреннем тоже хозяином всего быть нельзя — я этого не знал. Думал, что внутренний мир — это просто эхо внешнего: что снаружи сказали, то внутри и отозвалось. Не понимал, что внутри живут свои законы, свои голоса, свои дороги и своё время — и что эти дороги не повторяют

улицы села, а идут совсем в другую сторону, сквозь тишину, сквозь старые обиды, сквозь те слова, которые никто не произносит вслух.

Помню один вечер — стоял у забора, смотрел, как солнце садится за крыши, и чувствовал, как этот тёплый комок внутри будто съёживается, словно пытается спрятаться от наступающей темноты. Хотелось спросить у кого-нибудь: «А что с ним делать, когда он сжимается?» Но в селе такие вопросы не задают. Их считают лишними. И я молчал, потому что знал: если скажешь — скажут «не выдумывай». В этом молчании я учился прятать не только слова, но и саму потребность в том, чтобы меня услышали. И постепенно эта потребность становилась всё тише, будто я сам убавлял звук внутри себя, чтобы не мешать окружающему миру.

А потом началось то, что снаружи называли «воспитанием», а внутри становилось трещиной. Отец и мачеха начали жестоко наказывать меня, доводя до слёз беспрестанно. Каждый раз, когда я сжимался от удара или от резкого слова, внутри что-то щёлкало, как будто ломалась невидимая деталь, которую я даже не мог назвать. Я отвернулся от отца — от обиды, от непонимания меня, от злости на него, на то, что он ко мне относился, как к приёмному сыну. И даже не почувствовал, какой я апокалипсис совершил в своём внутреннем мире.

Я, на автопилоте, отвернулся от Пэриса в мире внутреннем. Не зная, что я сделал. Не зная, что Пэрис во внутреннем мире — мне и отец, и опора, и брат, и проводник, и друг, и наставник разом. Не зная, что, отворачиваясь от одного, я обрубаю связь с другим. В тот момент я не умел различать, где кончается внешнее наказание и начинается внутренняя потеря — и потому принял одно за другое, а свою боль — за свою вину.

В такие моменты, когда снаружи становилось особенно жёстко, Пэрис будто пытался тихо коснуться плеча изнутри: «Я здесь. Ты не один». А я не чувствовал. Не потому что не хотел — просто не знал, куда смотреть. У меня не было языка, чтобы назвать это ощущение, не было привычки прислушиваться к тому, что не звучит голосом, а приходит как лёгкое тепло, как едва уловимое присутствие. И отворачивался, не видя его.

Ведь я не понимал тогда, что существую не только во внешнем мире, но и одновременно — во внутреннем, такой же настоящий, как и в наружном. И что внутренний мир не просто повторяет внешний, а живёт своей жизнью, отзывается на каждый шаг, на каждое слово, на каждый взгляд — но отзывается по-своему, не в точности, а в оттенках, в полутонах, в тех чувствах, которые не умещаются в простые правила «работай», «терпи», «не показывай». А от незнания себя внутреннего я просто копировал снаружи внутрь: что делал я наружный, то повторял и внутренний. И когда наружный я отворачивался, внутренний делал то же самое — без вопросов, без выбора, просто потому что не знал, что можно иначе, что можно остановиться, посмотреть внутрь и сказать: «Подожди, мне сейчас тяжело».

И вот эта неосознанность была самой тяжёлой: я не предавал Пэриса намеренно. Я просто не знал, что он есть. Не знал, что у меня внутри есть тот, кто держит, когда снаружи толкают. Не знал, что, когда мне было страшно и одиноко, рядом стоял проводник, который мог бы сказать: «Я здесь, давай пойдём медленнее». Но я шёл один, потому что не видел его. И в этом одиночестве я нёс не только свою обиду, но и свою слепоту — неспособность заметить то, что уже было со мной, тихо и терпеливо ждало, пока я научусь его видеть.

После тех истязаний надо мной мама забрала меня обратно к себе. Это было не просто возвращение в комнату с привычными обоями — это был шаг в тишину, где даже шаги звучали

виновато, будто боялись потревожить то, что и так едва держалось. Я вошёл, поставил сумку у двери, и на секунду показалось: сейчас всё станет как раньше. Но воздух был другим — густым, неподвижным, будто в нём застыли все невысказанные слова.

После совершённого мной апокалипсиса во внутреннем мире всё снаружи будто покрылось трещинами: я чувствовал, как по ним сочится холод. Во внешнем мире жизнь поменялась в очень негативную сторону — не резко, не грохотом, а медленным оседанием, когда каждый день становится чуть тяжелее предыдущего. У меня исчезла опора — не та, что из слов и обещаний, а та, что жила где-то под рёбрами, тёплая и привычная, как дыхание. Я застыл в развитии — не потому что не хотел двигаться, а потому что не понимал, в какую сторону ставить ногу. Мир будто перестал давать мне направление.

Я потерял интерес ко всему — не как в усталости, когда хочется просто полежать, а как будто кто-то выкрутил яркость до нуля. Цвета стали плоскими, звуки — глухими. Я искал друзей или тех, с кем интересы могли совпадать, и каждый раз натыкался на эту неловкую паузу между «привет» и «о чём говорить». В этой паузе было столько тишины, что она давила сильнее крика. Не находил никогда. От меня стало всё и все отворачиваться и отдаляться во внешнем мире — не зло, не назло, а будто я стал прозрачным, и люди просто проходили сквозь меня, не замечая. Иногда я ловил себя на том, что специально делаю шаг вперёд, чтобы проверить: заметят ли? И каждый раз — нет.

От незнания того, что происходит у меня внутри, я просто повернулся спиной к Пэрису. Это был не бунт и не выбор — это была слепота: я не видел его, не чувствовал, не слышал. И от этого во внешнем мире исчезло всё то, что он мне давал всю жизнь — не вещи и не события, а ощущение, что за спиной есть кто-то, кто не даст упасть. Без этого я начал искать всё то, что давал мне Пэрис из внутреннего мира, во внешнем мире. Но чем сильнее я пытался найти это в чужих улыбках, в случайных разговорах, в попытках быть «своим», тем сильнее всё и все отдалялись от меня. Мир как будто говорил: «Это не здесь. Это не так».

В пятнадцать лет мы с отцом помирились. Он вёл кружок «Юный радиолюбитель». Я ходил туда с братом и другими детьми — паяли схемы, собирали приёмники, слушали, как из динамиков прорезается голос сквозь треск помех. Помню, как держал в руках провод, смотрел на каплю припоя, которая застывала, как маленькая слеза, и думал: вот это честно. Если провод не припаян, тишина не притворяется шумом. И в эти часы мне становилось чуть легче — не от того, что я что-то собирал, а от того, что у действий была понятная логика: соединил — работает, ошибся — не работает. В этом не было двусмысленности. В этом можно было дышать.

А во внутреннем мире, не зная о существовании Пэриса, я так и не повернулся к нему обратно. В посёлке все подростки любили собираться группами — тусоваться толпами или толпучками. Их объединяли алкоголь, секс и травка — простые якоря, за которые можно держаться, чтобы не чувствовать пустоты. Я пробовал подходить, стоять рядом, ловить ритм чужой радости, но каждый раз внутри нарастало давление — не страх, а тяжесть, будто на грудь ставили камень. Я не хотел тусоваться не потому, что боялся, а потому что чувствовал: это не моё топливо. Каждая такая попытка высасывала из меня силы — не постепенно, а сразу, как резкий выдох, после которого трудно вдохнуть.

И в эти моменты, когда я отходил в сторону, когда толпа становилась фоном, а я — одинокой фигурой на краю, во внутреннем мире меня тихо удерживала Релея. Не криком, не

запретом, не угрозой — а своим присутствием, как тихий голос, который шепчет: «Тебе не нужно это, чтобы быть целым». Я садился на край скамейки, смотрел, как дым от чужих сигарет растворяется в воздухе, и чувствовал, как её спокойствие ложится поверх моей тяжести — не убирая её, а просто не давая ей раздавить. И я сторонился этих тусовок не из бунта и не из гордости, а потому что в глубине души знал: если я позволю этому меня затянуть, я потеряю ещё одну ниточку, ведущую к себе.

Я во внешнем мире был не яркой личностью — скорее тенью, которая старается не отбрасывать лишнего света. Драки не разжигал, настроение никому не подымал: будто боялся, что если начну звучать громче шёпота, меня просто сметут волной чужих голосов. И меня действительно никто не принимал нигде — не как изгоя, которого замечают и отталкивают, а как пустое место, которое можно заполнить собой без спроса. Иногда я ловил себя на том, что специально замираю у стены, чтобы не мешать проходу, — и это становилось привычкой: не прятаться, а становиться незаметным, как старый стул в углу, к которому все привыкли.

А где всё-таки принимали — там я становился чем-то вроде расходного материала: половой тряпкой, козлом отпущения, «раненым целителем», который лечит других, пока сам истекает кровью, или летучей обезьяной, которую посылают туда, где страшно и грязно. «Маменькиным сынком» называли — и в этом прозвище было столько презрения, что оно прилипало, как липкая лента: попробуй оторви. Я носил его, как не удобную куртку — она не греет, но снять её почему-то стыдно.

Друзья были такие всю жизнь: приходят, просят «по-дружески, подешевле», я делал — и делал не из доброты, а из этой странной надежды: если я буду удобным, меня наконец-то по-настоящему заметят. А когда я сам просил о помощи, все вдруг оказывались в другом городе — или вообще в другой стране, причём уезжали все разом, будто по сигналу. Я это слышал, и внутри что-то щёлкало: не обида даже, а холодное понимание, что меня держат в запасе, как запасной ключ, который достают, когда основной потерян. После таких разговоров я разрывал контакты — и не потому что злился, а потому что тишина становилась дороже этих «дружеских» просьб. В тишине хотя бы не надо было притворяться, что всё нормально.

Я спиртное не пил, в толпах не тусовался — не из принципа, а потому что толпа требовала какой-то другой кожи, более грубой, а у меня она была слишком тонкой: каждый чужой взгляд царапал. За себя постоять не мог — и дело было не в силе, а в том, что я будто не имел права занимать пространство. Стоял, съёжившись, стараясь занимать как можно меньше места. Был худой — килограмм сорок весил, и эта худоба была не просто цифрой, а ощущением хрупкости: казалось, дунет ветер посильнее — и меня просто сдует. Иногда, надевая куртку, я чувствовал, как плечи проваливаются в рукава, будто тело решило стать ещё меньше, чтобы никому не мешать.

Девушки в школе на меня как на парня не смотрели — вообще не видели во мне мужской фигуры, скорее как на подружку, к которой можно прибежать и выговориться. И я слушал. Прибежит кто-нибудь ко мне, весь свой день в меня выльет в подробностях, как в дневник, не давая даже слово вставить. Энергию высосет, как вампир, и убежит домой — даже не поблагодарит за то, что я ей столько своего внутреннего тепла отдал. А я стоял потом пустой, как пустая чашка, и думал: «Ну хоть кому-то стало легче». В эти минуты Пэрис будто тихо шептал где-то внутри: «Ты даёшь слишком много, а себе не оставляешь». Но я тогда не умел его слышать — я умел только кивать и говорить: «Расскажи ещё».

От того, что по-настоящему поговорить было не с кем, я всю жизнь любил слушать женщин и девушек — не потому что тянулся к ним, а потому что их голоса были единственным способом не остаться наедине с собственной тишиной. Сказать «нет» или отказать в помощи тогда было чем-то нереальным — будто это слово жило не во мне, а где-то снаружи, за высокой стеной, до которой я не мог дотянуться. Оно казалось слишком громким, слишком резким, слишком похожим на предательство.

И из этого странного, горького опыта я всё-таки извлёк один плюс: при разговорах с женщинами и девушками я научился их «читать». Не как психолог, а как человек, который слишком долго стоял в тени и поэтому научился замечать мельчайшие движения света: видел все подтексты, манипуляции и задумки, скрывающиеся под красивой масочкой. Хватало пары разговоров, чтобы довольно точно изучить какую-нибудь особу — не чтобы использовать это знание, а чтобы хотя бы понимать, где граница, которую мне нельзя переступать, и где меня снова готовы сделать удобным.

Отвернувшись от Пэриса во внутреннем мире, я потерял и отца, и брата, и друга, и проводника, и опору в себе — и это, оказывается, я только половину апокалипсиса совершил тогда, в своей жизни. Словно сорвал одну половину крыши над домом, а вторую ещё не тронул — но сквозняк уже гулял по всем комнатам, выстужая всё живое. Я чувствовал его на коже: даже в тёплой куртке становилось зябко, будто холод шёл не снаружи, а изнутри, из самой середины груди, где раньше было что-то похожее на уверенность — тихое, но прочное, как тёплый камень у печки. Теперь этот камень остыл, и пустота вокруг него казалась бесконечной.

В шестнадцать лет я взял и влюбился в девушку Е. Во внешнем мире. А я был бедный — настолько бедный, что деньги на сигареты зарабатывал, сдавая металлолом. Помню, как таскал по дворам ржавые куски железа, чувствуя, как острые края царапают пальцы, а я всё равно сжимал крепче: будто если донесу — значит, хоть что-то стою. В этих тяжёлых, шершавых кусках я искал доказательство своей ценности, и каждый килограмм становился маленькой победой, которая тут же рассыпалась, стоило только встретить чей-то насмешливый взгляд.

Я и правда был маменькиным сынком — потому что отец всю жизнь на все мои вопросы отвечал: «Отстань, иди у мамы спроси» или «Вырастешь — узнаешь». Эти фразы звучали как дверь, которую захлопывают перед твоим носом, оставляя тебя снаружи, в холоде непонимания. И я после того, как меня унижали за то, что я не «пацан», чувствовал, как внутри всё сжимается до крошечной, горячей точки, от которой расходилась боль по всему телу. Мне хотелось кричать: «Зачем меня вообще родили на свет?» — но крик застревал где-то в горле, превращаясь в глухую обиду, которую я носил с собой, как тяжёлый рюкзак, набитый камнями.

Алкоголь не пил. За себя постоять не мог: когда во дворе кто-то толкал плечом, я не отвечал ударом, а отводил взгляд, будто если не смотреть — значит, этого не было. И от этого становилось только хуже: не от самого толчка, а от того, как я сам себя в этот момент предавал — тихо, без крика, просто опуская глаза. В этом движении была целая история капитуляции: я сдавался не только перед чужим насилием, но и перед собственным бессилием, позволяя ему расти и занимать всё больше места внутри. Денег ни гроша в кармане не было — даже на шоколадку, чтобы подарить её девушке Е., чтобы это выглядело как жест, как намёк на то, что я могу быть кем-то большим, чем парень, который ищет лом по заброшкам.

И с девушкой Е. у меня дальше поцелуев на лавочке ничего не дошло. Мы оба это поняли — не словами, а тишиной, которая вдруг стала слишком громкой между нами, будто кто-то

выкрутил ручку громкости на пустом месте. В этой тишине было слышно, как скрипит лавочка, как шуршит сухая трава под ногами, как где-то далеко лает собака — и как при этом мы оба не можем найти ни одного слова, которое бы удержало нас рядом. Эта тишина была не просто отсутствием речи — она была наполнена тем, чего мы не могли произнести: моими страхами, её ожиданиями, нашими разными скоростями жизни. Она сразу убежала к одному из той районной толпы — к тому, кто ходил уверенно, говорил громко и носил куртку, которая выглядела так, будто она ему идёт даже в дождь. Потом они поженились, она родила ему двоих детей, он уходил в запои всю жизнь. Она работала и детей растила в одиночку и ещё мужу на спиртное денег давала. И больше я о них не слышал ничего.

После потери девушки во внешнем мире мне чувства, оставшиеся к ней, пришлось глушить. Как и чем это делать, я не знал — будто меня оставили в комнате без окон и сказали: «Сделай так, чтобы тебе не было больно», но не дали ни одеяла, ни света, ни даже стула, чтобы присесть. Я стоял посреди этой темноты, пытаясь найти хоть какую-то опору, и хватался за всё подряд. Начал себя отвлекать всем, что под руку попадалось: часами сидел перед монитором, играя в игры, проваливаясь в миры, где можно было нажимать кнопки и видеть, как что-то меняется, где боль имела шкалу здоровья и её можно было восполнить зельем. Я смотрел на эту полоску, как на доказательство, что боль можно измерить и исправить. И на какое-то время в это даже верилось — в эту иллюзию контроля, в возможность всё исправить одним верным действием.

Сигареты начал курить много — не ради вкуса, а ради ритуала: вдох, задержка, выдох — будто эти три движения могли удержать меня от того, чтобы не рассыпаться. Каждый раз, зажигая спичку, я будто ставил маленький барьер между собой и тем, что рвалось изнутри — какой-то тёмной, густой волной, которая накатывала и грозила смыть всё, что я ещё считал собой. Пламя дрожало, и в его свете на секунду становилось видно, как сильно у меня трясутся руки. Я прятал их в карманы, пока дрожь не уляжется, стараясь не замечать, как этот мелкий, унизительный признак страха становится всё привычнее.

Когда я во внешнем мире чувства в себе смог заглушить — не стереть, не забыть, а именно загнать в дальний угол, где они сидели тихо и не царапались, — я на автопилоте во внутреннем мире повернулся спиной к Релее. А о её существовании я даже не знал тогда, не понимал, что она вообще есть, не знал, какой апокалипсис устроил сам себе в своей жизни, сделав такое. Релея во внутреннем мире для меня — и мать, и сестра, и подруга, и жена, и моя вторая половинка: та, кто знает меня без слов, кто видит, когда я лгу даже себе, и всё равно остаётся рядом. В своём неведении я не просто отвернулся от неё — я захлопнул дверь, не подозревая, что за ней остаётся тот единственный голос, который мог бы прошептать мне: «Ты не виноват, ты просто устал». И в этой глухой, самодельной тишине я остался один на один с тем, что пытался заглушить, — и только много позже понял, что настоящая боль не исчезает от того, что её не слышишь.

От потери всего того, что давали мне Пэрис и Релея из внутреннего мира для жизни в мире наружном, я как будто окаменел, и у меня пропало желание жить на земле. Руки опустились, силы кончились — будто кто-то выкрутил яркость мира до нуля, и всё вокруг стало серым, безвкусным, пустым. В девятом классе уже не мог учиться. Не от лени, а от того, что во мне как будто погасло само хотение жить, и я не мог понять, что со мной произошло. Это было не равнодушие — это была глухая, вязкая пустота, в которой даже мысль застревала, как нога в болоте, и каждый раз, когда я пытался её вытащить, становилось только тяжелее.

Я во всех проблемах ссылался на наружный мир: твердил себе, что просто обстоятельства жизненные меня таким сделали. Потому что подробно о внутреннем мире не слышал и не знал ничего — не было ни слов, ни понятий, чтобы назвать то, что ломалось внутри. Не было языка для этой боли, поэтому я натягивал на неё простые, грубые объяснения: «не повезло», «так вышло», «жизнь такая». Иногда, стоя за углом школы с сигаретой в руках между уроками, я повторял эти фразы про себя, как заклинание, будто если сказать их достаточно ровно, они станут правдой и перестанут резать. Но правда не появлялась — только тишина, в которой слышно было, как в груди что-то потухло, и этот тихий, окончательный звук отзывался внутри, как эхо в пустой комнате.

Ходил в школу, ставили тройки уже просто за то, что появлялся на уроках. Пропало желание учиться, расти, развиваться, стремиться, что-то или кого-то искать или найти в жизни. Жизнь начала пролетать фрагментами — как кадры из чужого, неинтересного фильма: звонок на урок, скрип стула, чей-то смех в коридоре, который режет слух вместо того, чтобы радовать. Я не жил эти моменты, я их фиксировал, как дежурный по коридору: «был», «присутствовал», «не сбежал». В такие минуты Пэрис будто пытался тихо напомнить: «Ты всё ещё здесь. Даже если тебе кажется, что тебя нет — ты есть». Но я не слышал этого голоса — он звучал слишком мягко, а вокруг было слишком громко: грохотали двери, звенели голоса, трещали школьные ритмы, и в этом шуме тихий внутренний голос просто растворялся, как капля воды в ливне.

И я не мог понять, что происходит со мной. Начал жить как биоробот на автопилоте, от перекура до перекура. В этих коротких паузах между делами и уроками я будто пытался нащупать хоть какую-то опору — хотя бы запах дыма, тепло сигареты в пальцах, ощущение, что я ещё здесь, ещё дышу. Держал сигарету так, чтобы пальцы чувствовали её вес, и смотрел, как дым поднимается и растворяется, будто это был единственный способ убедиться, что я не исчез совсем. В этом медленном исчезновении дыма я искал подтверждение своего существования: пока есть движение — есть и я. Праздники, юмор и фильмы по телевизору меня радовать перестали: весь позитив пролетал сквозь меня незамеченным, как ветер сквозь решётку. А всё негативное впечатывалось в память так, что было не стереть ничем — каждое обидное слово, каждый косой взгляд оседали внутри тяжёлыми, острыми осколками, которые потом годами кололи изнутри, напоминая о себе в самые тихие и уязвимые минуты.

В десятый класс пошёл — и меня начали травить, буллить, избивать, ненавидеть все просто за моё присутствие там. Будто сама моя тишина, моя потерянность раздражала их, как скрип несмазанной двери. Я чувствовал себя не человеком, а помехой, которую хочется убрать с дороги. Помню, как однажды стоял в углу спортзала и смотрел, как все смеются, и думал: «Если я сейчас сделаю шаг вперёд, они заметят меня не как человека, а как цель». От этого школу бросил — не потому, что был бунтарём, а потому, что каждый шаг туда был как по битому стеклу. Даже порог казался острым, будто специально сделан так, чтобы сделать мне больно, и я физически ощущал, как каждый сантиметр пути отдаётся в груди новым, глухим ударом.

В ПТУ учиться не получилось: денег не было никогда, на такую роскошь, как обучение и форма, их точно не хватало. Хватало только на еду да на одежду из секонд-хенда — вещи, которые хранили чужие запахи и истории, будто напоминая, что я теперь тоже где-то между строк, не в центре, а на полях чьей-то чужой жизни. Натягивая чужую куртку, я чувствовал, как ткань чуть жёстче, чем нужно, и как чужой запах держится на плечах дольше, чем хочется. Иногда казалось, что это не одежда, а маска, которая говорит: «Ты здесь временно. Ты не свой». В этом ощущении чужеродности я учился прятать не только своё тело, но и свою уязвимость,

старaясь стать как можно незаметнее, будто если я стану тише и меньше, боль перестанет меня замечать.

А Релея во внутреннем мире будто стояла рядом и тихо держала меня за край рукава — не тянула вперёд, не торопила, просто не давала упасть в эту пустоту окончательно. Я не чувствовал её руки, но, оглядываясь сейчас, понимаю: если бы она тогда не держала, я бы просто исчез, как след на мокром асфальте под дождём. И самое горькое в этом воспоминании — не сама боль, а то, как долго я не замечал, что меня всё-таки кто-то бережёт. Эта тихая, невидимая забота жила внутри меня, даже когда я был уверен, что остался совсем один, и именно она не давала мне окончательно раствориться в той серой пустоте, которая тогда казалась бесконечной.

Потом моя соседка по улице, моего возраста, которую я даже не знал — кто она такая и где именно живёт — решила над своим бойфрендом пошутить. Сказала ему по пьяни, что изменяет ему со мной. Меня, имени моего, может, и не помнила — просто назвала первое, что подвернулось, как случайную монету, которую бросают, не глядя. И эта монета упала мне прямо в судьбу, врезавшись в неё острым краем, будто не шутка вовсе, а нож.

Они толпой потом, человек восемь, меня поймали, когда я в магазин шёл. Обычный вечер, обычный маршрут — хлеб, сигареты, может, молоко. Я даже не успел понять, откуда они взялись: просто вдруг дома, столбы, дорога — всё закрылось телами, лицами, кулаками. Кто-то держал, кто-то бил, кто-то кричал что-то, чего я не слышал, потому что в ушах стоял сплошной гул, как будто я ушёл под воду и мир остался где-то наверху, за толщей. И запинали до полусмерти — методично, без спешки, как забивают гвоздь, который торчит не на месте. Во рту осталось всего одиннадцать зубов. Нанесли сильную травму головы — мир раскололся на осколки, и каждый осколок отражал своё, ничего не складывалось в целую картину. Выбросили в овраг — как вещь, как мусор, как то, что не заслужило даже того, чтобы его оттащить подальше от глаз, просто скинули с обочины вниз, в темноту, в холодную мокрую глину.

Помню, как земля пахла — сырой, тяжёлой сыростью, будто сама земля хотела меня в себя принять и спрятать. И в этой темноте единственным, что не давало мне совсем уплыть, был голос матери. Не знаю, как она меня там нашла — может, сердце привело, может, кто-то видел, донёс. Помню только, что очнулся от её голоса, и он был единственным якорем в темноте, который не давал мне совсем уплыть. Потом реанимация, травматология — белые стены, капельницы, чужие руки, которые то ли лечили, то ли просто делали свою работу. Я лежал и думал не о боли — боль стала фоновой, привычной, как шум за стеной, — а о том, за что. За что мне это. И не находил ответа, потому что ответа не было. Просто чужая пьяная шутка, чужая ярость, чужое «ты не такой, как мы» — и вот уже я в овраге, без зубов, с разбитой головой, на грани между «ещё здесь» и «уже нет».

Потом пять лет удалял корни от сломанных зубов — каждый визит к стоматологу был как возвращение в тот вечер: свет лампы в лицо, металлический холод инструментов во рту, хруст, который отдавался где-то глубоко внутри, не в дёснах, а в памяти, будто прошлое снова и снова проверяло, помню ли я. И до сих пор ношу съёмные протезы во рту — каждое утро, вставляя их, я будто надеваю маску на то, что осталось от меня. Это не просто протез, это напоминание, которое не снять, не забыть, не отложить. Оно всегда со мной, как шрам, который не прячется под одеждой.

В 18 лет отец на работу устроил. Я погрузился весь в работу — целиком, без остатка, как тонущий хватается за бревно. Не потому, что хотелось, не потому, что видел в этом смысл, а потому что работа была единственным, что ещё двигало меня вперёд, единственным ритмом, который не давал просто лечь и не встать. Потому что чувствовал себя никем. Не бедным, не обиженным, не злым — именно никем. Человеком, у которого отняли всё, что делало его собой, и оставили только функцию: вставать, идти, работать, возвращаться. Ничего было неохота в жизни. Просто: работа, дом, работа, дом, и больше ничего. Дни катились, как монеты по наклонной доске, — одинаковые, невесомые, исчезающие в щели.

За то, что меня толпой искалечили, никого тогда не наказали. Они всем районом меня ненавидели — не за дело, не за обиду, а просто за то, что я существовал, что я был жив, что я ходил по тем же улицам, дышал тем же воздухом. Ловили где-нибудь меня и избивали — снова и снова, как в замкнутом круге, из которого нет выхода. Я перестал ходить дворами, перестал смотреть людям в глаза, перестал выходить в тёмное время суток — но это не помогало, потому что опасность была не во времени и не в месте, а в самом факте, что я есть.

Я жизнь начал бояться сильнее смерти. Смерть казалась тишиной, покоем, концом боли — а жизнь была этим бесконечным ожиданием нового удара, новых зубов, выбитых на асфальте, нового «ты нам не нравишься», произнесённого кулаками. Думал уже жизнь самоубийством покончить от невыносимости — не от слабости, а от того, что не видел больше ни одной причины просыпаться завтра. Тяжесть внутри стала такой, что казалось, будто я ношу на плечах нечто, чему нет названия, — не горе, не страх, а что-то более древнее, тяжёлое, как камень, который врос в грудь и пульсировал вместе с сердцем.

Но меня внутри Пэрис и Релея сдерживали, чтобы я не совершил такое. Их голоса звучали уже не так, как в детстве, — не звонко, не ясно, а глухо, издалека, как сквозь несколько стен, как последние слова, которые ещё можно разобрать, если очень напрячься. Пэрис будто держал за запястье — крепко, но без боли, просто чтобы я чувствовал: есть рука, есть опора. А Релея стояла чуть позади и тихо говорила: «Ещё не сейчас. Ещё не сегодня». И эти слабые, едва различимые голоса держали меня — держали за руку, как держат человека на краю крыши, не давая сделать последний шаг. И я оставался. Не потому, что хотел жить, а потому, что они не давали умереть.

В двадцать три года я совсем сдался. Силы во мне просто иссякли существовать — не кончились, а именно иссякли, как пересохший ручей, в котором ещё видны следы воды, но самой воды уже нет. Я сидел в пустой комнате и чувствовал, как последнее тепло уходит из тела — не от холода, а от чего-то, чему не могу подобрать слова. Будто внутри меня всю жизнь горела свеча, и теперь фитиль догорел до конца, и остался только запах дыма. И тишина, в которой слышно, как этот запах растворяется, будто и его скоро не станет.

После ночной смены. Проснулся — не проснулся даже, а просто открыл глаза, потому что сон и так не шёл: тело устало, а голова не отключалась, крутила свои обрывки, свои обглоданные мысли, как сломанная мельница, которая вертится без зерна, скрипит и не может остановиться. Кофе налил в стакан — обычный, без затей, просто чтобы было что держать в руках. Сел в кресло. Обычные движения, заученные до автоматизма: рука, кружка, пар, тишина в доме, такая плотная, будто она сама по себе имеет вес.

Подношу стакан к губам. И тут смотрю — у меня кровь начала капать из носа в стакан с кофе. Капля упала в тёмную жидкость, и от неё пошло круговое красное облако, как от чернил

в воде, — медленно, красиво, даже спокойно, будто это не моя кровь, а чья-то чужая, будто я смотрю на это со стороны, из-за стекла, и это вообще не про меня. Потом ещё капля. И ещё. И вдруг понял, что это моя, — но было уже поздно что-то делать. Осознание пришло не как мысль, а как холод, который пробирается под кожу и остаётся там.

Закружилась голова — не так, как кружится от усталости, а так, будто земля подо мной начала проваливаться, и я вместе с ней лечу куда-то вниз, в воронку, в чёрную дыру, которая раскрылась прямо под креслом. И отключилось сознание. Тело в наружном мире отключилось — просто выключилось, как лампа, у которой перегорела нить. Рука разжалась, стакан полетел на пол, кофе разлился, а я уже был не здесь.

А я чувствую, что я стал не телом. Впервые с детства — с тех пор, когда Пэрис и Релея ещё были рядом — я снова был не телом. Только тогда это было тепло, свет, радость полёта, а сейчас — ничего. Передо мной темнота стала превращаться в свет, или в дух, светло-серого цвета, плавно, как туман над рекой ранним утром, когда ещё не рассвело, но уже не ночь. Этот серый свет был везде — вокруг, внутри, подо мной, надо мной. У него не было ни стен, ни пола, ни потолка, ни направления. Просто бесконечная серая пустота, в которой я висел, как пылинка в луче, и даже не мог сказать, дышу я или нет, потому что дыхания там не существовало.

У меня паника началась — не страх, а паника, первобытная, животная, какая бывает, когда человек просыпается и не понимает, где он, кто он, жив он или мёртв. Я левитирую или плаваю в духе сером — не пойму, двигаюсь я или это пространство движется сквозь меня. Вроде нет ни верха, ни низа, ни тяжести, ни тела, а ощущение, что я есть, — осталось. И это было страшнее всего: тело пропало, а я остался. Значит, я — не тело. Значит, то, что я всю жизнь называл «я», — это что-то другое, чему нет названия на языке наружного мира.

Я паникую, говорю: «Блин, я умер. Я же грешный, я не покаявшийся, меня же сейчас в ад отправят на вечные муки». Эти мысли налетели разом, как стая птиц, — не думал, а выблевал их из себя, потому что именно так меня учили: если умрёшь внезапно, без покаяния, без свечки, без попа — значит, ад. Я летал в этом сером духе, как в тумане, и каждая мысль озвучивалась эхом, которое возвращалось ко мне искажённым, чужим, будто кто-то повторял мои слова насмешливо, и от этого становилось ещё страшнее.

И тут слышу надо мной голос своей бабушки, которая умерла в наружном мире. Не вижу её — только голос, и он идёт отовсюду, из самого серого света, как будто этот свет умеет говорить. «Успокойся, — говорит, — отбрось страх, и станет всё хорошо. Ни в какой ад ты не попадёшь». И голос её был тёплый, знакомый, как запах её кухни, как руки, которые когда-то гладили меня по голове, и от этого голоса паника начала отступать — медленно, неохотно, как собака, которую оттаскивают от миски, и она всё оглядывается, не веря, что надо уходить.

Я успокоился. Остановился — или перестал двигаться, или пространство перестало двигать мной. Тишина. И в этой тишине бабушкин голос говорит: «Мы тоже все когда сюда попали — в начале так же паниковали, как ты сейчас. А потом мы все привыкли. Ни в какой ад мы не попадаем, у нас у всех всё хорошо». И говорит: «Передай всем на земле, чтобы за нас всех не переживали и не молились — у нас всё хорошо у всех здесь. Ты и на земле тоже — страх отбрось, и жизнь на земле станет хорошая у тебя».

Эти слова я слушал не ушами — ушами было нечем слушать, — а чем-то другим, чем-то, что было раньше ушей, раньше тела, раньше всех слов на свете. И от этих слов стало спокойно

— той тишиной, которая бывает после бури, когда всё уже рухнуло, и падать больше нечему, и ты просто сидишь среди обломков и дышишь, и это уже хорошо.

У меня плавно стало всё темнеть передо мной — серый свет сгущался, темнел, как небо перед дождём, и я почувствовал, что возвращаюсь. Возвращаюсь в тело, в тяжесть, в боль, в мир, где есть верх и низ, где есть пол и потолок, где есть запахи, которые режут нос. И я отключился — уже по-настоящему, по-земному, — и начал приходить в сознание в карете скорой помощи, от запаха нашатырного спирта. Запах был резкий, жёсткий, как пощёчина, — и именно от этой пощёчины я понял, что жив. Что ещё здесь. Что серый свет и бабушкин голос — это было, это правда, но сейчас я здесь, на носилках, под мигалками, и чьи-то чужие руки держат меня за запястье, щупая пульс, будто проверяя, не исчез ли я снова.

Лежал в больнице. Поставили диагноз: эпилепсия от травмы черепно-мозговой, когда меня запинали до полусмерти. Слова врача звучали как приговор — не страшный, а просто констатирующий, как штамп в паспорте: вот, читай, это теперь ты, это теперь твоя жизнь, тут всё расписано. Положили в психдиспансер — и там стены были другого цвета, не белые, а жёлтые, тусклые, и от этого жёлтого тошнило ещё сильнее, чем от диагноза, будто сама краска пыталась выдавить из меня остатки спокойствия.

Начались припадки эпилепсии, по пять раз в неделю. Каждый припадок был как маленькая смерть: тело забирало меня у меня, выворачивало наизнанку, било об пол, и я ничего не мог с этим сделать — только ждать, когда отпустит, когда язык разожмётся, когда мир снова станет миром, а не набором разорванных кадров. Пять раз в неделю — это почти каждый день. И каждый раз я не знал, вернусь ли. Вернусь ли в себя или в тот серый свет, к бабушке, к тишине, к покою.

Но я чувствовал, что эпилепсия наступила не только от травмы. Травма была лишь ключом, который повернулся в замке, — а замок этот был уже готов, уже стоял открытым, потому что всё внутри меня было изношено до предела. Не тело — тело можно починить, зашить, срастить. Внутреннее изнеможение — вот что было настоящей причиной. Когда человек изнутри пуст, когда силы не просто кончились, а выгорели дотла, когда каждый новый день — это насилие над собой, — тело в какой-то момент сдаётся. Оно говорит: хватит. Я больше не могу нести эту тяжесть. И ломается — не от удара кулака, а от того, что удары шли изнутри годами, тихо, незаметно, каждый день, каждый час, пока не накопилось столько, что череп треснул не снаружи, а изнутри. И этот внутренний треск никто не слышал, кроме меня.

Стал часто лежать в психдиспансере — месяцами, будто время там текло иначе, медленнее, вязко, как остывающий сироп. Долго, упорно пытались подобрать мне лекарства, чтобы хоть как-то приглушить припадки. Врачи меняли схемы, смотрели на анализы, прислушивались к моим сбивчивым описаниям — я и сам не знал, как правильно назвать то, что со мной происходит. В конце концов подобрали. Припадки пошли реже — до пяти в месяц. Но и это было невыносимо: пять раз каждый месяц твоё тело предаёт тебя, и ты не знаешь, в какой момент оно снова откажется слушаться. Ты живёшь с этим подспудным ожиданием, как с тикающей бомбой в кармане — она может рвануть в любой момент, и от тебя ничего не зависит.

К двадцати четырём годам работать сменами уже не мог. Перевёлся на дневной график — хотя и это давалось тяжело, будто каждое утро приходилось заново учиться держать спину прямо и смотреть вперёд. Зубы — те, что ещё оставались, — обломал друг о друга в припадках: челюсти смыкались с такой силой, что хруст стоял по комнате, и этот звук потом ещё

долго звенел в ушах, даже когда всё стихало. В рот поставили съёмные протезы — они поначалу казались чужими, жёсткими, будто я надел на себя чужую улыбку. Дали третью рабочую группу инвалидности. Пособие платили мизерное — на него нельзя было жить, можно было только существовать, тянуть дни один за другим, как нитки из старой ткани. Жизнь, и без того тяжёлая, от нового груза стала совсем мрачной, будто кто-то медленно прикручивал последний фитиль на лампе, и свет становился всё тусклее.

Но мне это стало уже не так важно. Наружный мир — тот, где люди ходят на работу, считают деньги, ссорятся, смеются, — он побледнел, отошёл на задний план, как фигуры за мутным стеклом. Потому что случилось нечто, перед чем все бытовые беды показались мелочью, пылью на столе, которую можно смахнуть одним движением руки.

В первый раз, когда я потерял сознание, произошло чудо. Я услышал голос бабушки — не как воспоминание, не как эхо прошлого, а как присутствие, живое, тёплое, близкое, будто она стояла рядом и говорила со мной. И главное — я перестал чувствовать себя телом. Не было ни рук, ни ног, ни тяжести, ни боли — только «я», чистое, без оболочки, как если бы всё это время я носил плоть как одежду, и вдруг она спала, и я остался собой, обнажённым, но не стыдящимся. Это было странно и страшно, но в то же время — свободно, как будто я впервые за много лет смог глубоко вдохнуть.

Потом, в последующих припадках, я стал замечать закономерность. С меня тело снималось — будто халат, будто плащ, — и падало на пол, а я секунды три оставался стоять на месте: себя чувствовал духом, невидимым, бестелесным, способным видеть, но неосязаемым. В эти три секунды мир становился прозрачным, и сквозь него проглядывало что-то большее, древнее, спокойное. Потом всё темнело, я растворялся — и приходил в сознание уже в теле, после припадка. А тело было побито: руки и ноги в синяках, в крови — без сознания я бился ими обо всё, что оказывалось рядом: мебель, стены, пол. И эта резкая разница — между невесомостью трёх секунд и тяжестью разбитого тела — врезалась в память, как два разных мира, между которыми я был вынужден жить.

Эти два чуда сильно меня привлекли. Не как любопытство, не как развлечение, а как нечто, что требовало ответа, как вопрос, который не даёт спать по ночам. Я накручивал себя, сомневался, относился ко всему скептически — слишком уж это было похоже на бред, чтобы просто поверить. Но я был всегда с трезвой головой перед началом припадков и в тот момент с бабушкиным голосом. Не верилось, что это галлюцинации, — слишком ясным, слишком настоящим было ощущение. Слишком отчётливым, будто между реальностью и этим видением не было никакой пелены.

Наружная жизнь стала интересовать меня всё меньше. Я воспринимал её как сон — она шла фрагментами, обрывками, без цельности и веса, как кадры из фильма, который ты смотришь краем глаза, думая о чём-то другом. Настоящее, осязаемое, важное — всё это сместилось куда-то внутрь, туда, где голос, где бестелесность, где секунды свободы от плоти. Там было что-то, что казалось мне ближе к правде, чем всё, что я знал раньше.

Начал искать информацию в интернете, читать, пытаться понять, что со мной происходит. Листал статьи, форумы, книги — иногда с надеждой, иногда с тревогой, что найду подтверждение своему безумию, а иногда — что найду слово, которое наконец назовёт то, что я чувствую. Хотелось найти хоть одно имя для этого опыта, хоть одну строчку, которая скажет: «Да, такое бывает, ты не один».

Глава вторая. Большой взрыв

До двадцати четырёх лет я метался в поисках себя, как песчинка в буре — крутился, летел, ударялся обо что-то твёрдое и снова срывался в поток. Внешний мир казался безбрежным океаном возможностей, но каждая волна разбивалась о неприступный берег реальности, оставляя после себя только пену и мокрый песок. Вопросы о смысле жизни, о предназначении, о том, каким мне нужно быть, чтобы вписаться в этот мир, оставались без ответа — и от этой тишины становилось особенно неуютно, будто я стоял посреди огромной комнаты, где все знают правила игры, а мне их так и не объяснили.

Те события — мистический голос бабушки, загадочные припадки, когда сознание покидало тело на три мучительных секунды — не просто отпечатались в памяти. Они стали катализатором глубинного поиска, словно кто-то поднёс спичку к сухой траве, и пламя пошло по всему, что я раньше считал собой. Я, православный христианин по крещению, всю жизнь носил в себе образ хреста — он был частью моего детства, частью старых икон в углу комнаты. Но в те годы привычные догмы не приносили утешения: слова, которые должны были согревать, звучали как заученные фразы, в которых я не находил опоры.

В детстве Библия и Евангелие были моими единственными путеводителями, другие религии оставались запретной темой — о них не говорили, их не обсуждали, они будто существовали за невидимой чертой, переступать которую было не принято. Но после тех событий я начал осторожно заглядывать за эту черту: стал исследовать буддизм, индуизм, ислам и иудаизм — не для поклонения, не чтобы сменить веру, а в поисках ответов, как человек, который ходит по разным комнатам в надежде найти ту, где наконец станет тепло. Листал тексты, вчитывался в чужие смыслы, пытался примерить их на себя — но ни одна из этих дорог не привела меня к истине. Каждая открывала новые горизонты, но не давала того самого ощущения: «Вот оно, это про меня».

В двадцать шесть лет я открыл для себя эзотерику. Современные нью-эйджеры стали моими спутниками в странствии — их книги, лекции, статьи, даже противоречивые и порой сбивчивые, казались мне чем-то вроде фонариков в тёмной комнате: светят не везде, но хоть что-то высвечивают. Многие осуждали меня, считая последователем сомнительных учений, стали называть сектантом, предупреждали о «ереси» — эти голоса звучали резко, почти как приговор. Но их упрёки лишь укрепляли мою решимость. Ведь что я терял? Жизнь, лишённую смысла, которую пытался наполнить внешними формами — работой, обязанностями, привычками, — и всё равно чувствовал, что внутри остаётся пустота, которую ничем не заполнить.

Я не искал готовых ответов, не хотел просто взять чью-то истину и надеть её на себя, как чужую куртку. Мне нужно было понять самому, дойти до этого своим шагом, пусть и неверным, пусть и спотыкающимся. Возможно, истина скрыта не в религиозных доктринах или философских течениях, а в самом этом поиске — в том, как он меняет тебя изнутри, как становится частью тебя, как неутомимый океан, который не ищет покоя, а ищет свой берег, потому что без берега он не знает, где заканчивается и начинается что-то новое. И в этом движении, в этом бесконечном приближении к невидимой линии, я вдруг начал чувствовать себя чуть менее потерянным — не потому что нашёл ответы, а потому что сам поиск стал ответом на самый главный вопрос: «Зачем я иду дальше?»

Первые полгода я слушал нью-эйджеров и почти ничего не понимал. Их речи были как разговоры за плотной стеной: до меня долетал звук, но не смысл — будто кто-то говорил на языке, где все слова знакомые, а фраза всё равно остаётся чужой. «Найдите своё я». «Концентрируйтесь на груди». «Ваше я не в голове, а в груди». «Убейте своё эго». «Осознание». Слова-то простые, а будто с потолка падают — я ловил их и не знал, куда складывать, как будто мне протягивали детали от незнакомого механизма и ждали, что я тут же соберу из них работающий мотор. Что значит «найдите своё я»? Я и так себе кто-то. Какое ещё я искать, если я всегда с собой?

Но я продолжал слушать — и где-то на шестом месяце стену начало продувать. Сквозь щели стали просачиваться тихие вещи: мысли в голове действительно стали тише. Тревога, которая со мной жила, начала оседать, как пыль после того, как по дому больше не бегают, и в доме наконец можно дышать. И я понял простую вещь: эти люди стали для меня первыми психологами. Не потому что я в них поверил, а потому что у них было то, чего я не находил нигде, — они говорили о той самой боли, которую я носил в себе со времён припадков. Об этих моментах, когда я чувствовал себя не телом, когда я словно выпадал из человека в нечто безымянное. Все вокруг отводили от этого глаза, делали вид, что этого нет, а они — наоборот — говорили только об этом, будто вытащили из темноты то, что я столько лет прятал даже от самого себя. Поэтому меня к ним и тянуло. Как к последнему спасению, как к человеку, который наконец-то смотрит прямо на тебя и говорит: «Я вижу, тебе больно».

Но одного мне так и не давали — и я сам не мог взять. Как почувствовать своё истинное я? Я мог слушать про него часами, кивать, соглашаться, а внутри оставался прежний: маленький, напуганный, запертый в теле, которое иногда подводило. А их слова о пробуждении — о том, что нужно проснуться, что все спят и ходят во сне, — действовали на меня как звено цепи, которое всё натягивается и натягивается, пока не становится почти невыносимо.

И вот однажды — очередной ретрит, очередное видео. Мастер-гуру задаёт людям вопрос, простой, почти дурацкий, но от этой простоты он вдруг становится острым:

— А чем вы сейчас слышите мои слова? Ушами? Ну-ка проверьте. Чем вы слышите мысли в своей голове?

Зал задумался. И я задумался. А он продолжает: не ушами тела вы их слышите. Вас приучили считать себя маленькими одинокими человечками на большой планете. Но вы не только человечки. Вы — то, что слышит мысли в вашей голове. Вот это и есть вы. Истинные вы. Когда вы поймаете, чем именно вы всё это слышите, — вы пробудитесь.

Я замер. Поставил видео на паузу — не смог дальше — и вышел на улицу покурить.

Ночь. Звёзды. Сижу на лавочке, курю и разговариваю сам с собой внутри головы. Блин. Как я о таком никогда не задумывался? Двадцать с лишним лет живу, а этот вопрос мне ни разу в жизни не попался — ни в школе, ни в книгах, ни во сне. И ведь он всегда был под носом. Я же каждую секунду слышу свои мысли — а чем я их слышу-то?

Я стал проверять. Начал говорить в голове: один, два, три, четыре, пять… И одновременно старался поймать того, кто это считает. Того, чем я слышу этот голос. Того, кем я себя чувствовал перед припадками — тем невидимым, безымянным, что оставался когда тело как будто отходило в сторону, словно снимало тяжёлую шубу и оставляло её лежать на полу.

И тут — накрыло. У меня сигарета изо рта аж но выпола.

Я перестал чувствовать себя человеком. Не телом. Не человечком на лавочке. Я почувствовал себя сгустком энергии — плотным, горячим, живым — размером с земной шар, сжатым до размеров моего тела. Я почувствовал себя невидимой водородной бомбой, которая уже начинает взрываться.

Как только я это почувствовал, я взорвался. Внутренне — весь. Я сам стал взрывной волной, которая за считаные секунды прошла весь земной шар в наружнем мире. Я видел фрагментами, рывками — все моря, все континенты, весь свет и всю тьму планеты одновременно: все утра, все вечера, все ночи, все дни — разом, как одна страница, на которой сразу написано всё, и ты читаешь её целиком, не по строчкам.

Сознание я не потерял. Ни на миг. В том-то и была жуть — что я всё это переживал трезвым, с открытыми глазами, под звёздами, с выпавшей сигаретой у ног. Мир не погас, не рассыпался — он вдруг распахнулся, и я увидел его целиком, и от этой полноты стало тяжело и свободно одновременно.

Я достал новую сигарету и закурил. И стало так легко, как будто с меня сняли мешков сто невидимого груза. Я чувствовал себя одновременно и духом, каким бывал перед припадками, — и телом. Впервые эти двое были не врагами, не чужими друг другу, а одним целым, как две половины, которые наконец сошлись. Я снова заговорил в голове — и мысли стали отходить от меня, как скотч со стены: с треском, по кусочку. Отходили — и я ничего не терял. Наоборот, становилось легче. Они больше не были мной — и я больше не был ими.

Я перестал быть личностью, которую я всегда считал собой, и стал наблюдателем. Мысли в голове по-прежнему кричали, паниковали, метались — я слышал весь этот шум, как слышат ссору в соседней квартире: звук есть, но он уже не бьёт по вискам. Раньше мысли управляли мной — теперь я мог стоять рядом, как хозяин, вернувшийся в свой дом, и спокойно смотреть, как в комнатах ещё кружится пыль, но уже понятно, что буря стихает.

Сидел удивлённый. Так вот про что пробуждение, про которое твердят все гуру. Так вот что я всё это время искал, слушал, недопонимал. И мне захотелось себя стыдить: что же я всю жизнь спал? Всю жизнь носил на себе этого спящего человечка и не знал, что за ним стою я?

Докурил сигарету и пошёл спать.

А наутро проснулся — и началась совсем другая жизнь. Не потому что всё стало легко, а потому что я вдруг увидел, где стою. И даже если впереди была тьма, я уже знал: я не потеряюсь в ней, потому что теперь у меня был тот, кто просто стоит и смотрит.

Во мне пробудилось осознание — и это было не чувство, не тёплая волна изнутри, не голос, зовущий по имени. Это было знание, холодное и чёткое, как первый луч, пробившийся сквозь плотные шторы: он не греет, но сразу меняет комнату — делает видимым то, что раньше пряталось в тени. Оно не приходило через слёзы или экстаз, а вставало во мне, будто давно ждало за дверью, пока я наконец поверну ключ. И когда ключ повернулся, тишина внутри стала громче любого крика.

Это осознание было ещё не чувством внутреннего мира: я по-прежнему не ощущал его кожей, потому что к Релеи тогда всё ещё стоял спиной, потому что не знал о её существовании. Но я начал его осознавать — именно осознавать, как замечают очертания предмета в полумраке, когда ещё не различаешь деталей, не видишь узора на ткани, не можешь назвать цвет, но уже понимаешь: там что-то есть, и оно занимает место в комнате.

Я повернулся к Перису лицом во внутреннем мире — и от этого поворота всё вокруг будто сдвинулось на полтона, как когда в старой квартире переставляешь одну картину, и вдруг меняется весь свет. Я не догадывался, кто они, Пэрис и Релея, и даже не знал об их существовании. Не понимал, что через это пробуждение я уже встретился с Пэрисом, просто не умел назвать эту встречу встречей. Для меня это было как выйти из тёмной комнаты и вдруг почувствовать сквозняк, не зная, откуда он, не видя открытой двери, но понимая: где-то она есть, и через неё идёт воздух, которого раньше не хватало.

С этого момента я стал понимать ньюэйджеров не как набор странных слов, а как людей, которые пытаются описать то, что нельзя ухватить рукой — как слепые, ощупывающие слона, каждый по своей части. Их язык казался мне теперь не бредом, а попыткой перевести на слова то, что живёт вне слов. И медитация перестала быть для меня строгим ритуалом — позой лотоса и бесконечным «о-о-ом», который нужно тянуть, чтобы всё считалось правильным. Она стала тишиной, которую можно поймать в самых обычных вещах. Например, когда сидишь и куришь — не спеша, не прячась, а просто позволяя себе быть в этом моменте. Ты расслабляешься, и мысли, обычно цепляющиеся за всё подряд, словно теряют крючки: скользят мимо, не задерживаясь, как капли по стеклу. И в этой паузе между вдохом и выдохом приходит то самое утихомиривание — не борьба с мыслями, а их естественное затихание, будто ветер наконец стих, и теперь слышно, как падает лист.

В груди начало появляться ощущение — не метафора, не красивая фраза, а реальное, почти физическое чувство: будто внутри меня есть пространство, целый мир, и в нём живёт что-то, что я называю душой. Это не было чем-то воздушным или эфемерным — скорее, как если бы ты вдруг осознал, что у тебя есть сердце, не как орган из учебника, а как центр, откуда всё начинается. Ты не видишь его, но чувствуешь, как оно бьётся, задавая ритм всему остальному: шагам, словам, молчанию. И этот ритм вдруг стал слышен.

Когда я впервые пережил это на себе, во мне вспыхнуло отчаянное, почти детское желание поделиться. Хотелось схватить кого-нибудь за рукав и сказать: «Слушай, я понял! Тут всё совсем не так, как кажется! Ты смотришь на стену, а за ней — целый город, и я его вижу!» Я рассказывал родственникам, знакомым на работе — каждому, кто хоть на секунду задерживал взгляд, будто в этом взгляде была надежда, что меня услышат. И каждый раз это встречало стену непонимания, а потом и отторжения. Кто-то кричал, что меня зомбировали ньюэйджеры, кто-то — что у меня совсем сорвало крышу, что пора закрывать в психушку, потому что мне уже не место среди «нормальных» людей. И все стали называть меня сектантом. Их голоса сливались в один общий приговор: ты чужой. И в этом «чужой» было не просто несогласие — в нём была дверь, которую перед тобой захлопывают.

Два года я пытался заглушить в себе это чувство. Каждый раз, когда во мне рождалось что-то новое — как у ребёнка, который впервые видит радугу и бежит делиться чудом, — я шёл к людям и натыкался на холод, на раздражение, на страх, будто сам свет, который я нёс, обжигал им глаза. И каждый такой отказ оставлял на мне тонкий, но глубокий шрам — не тот, что видно снаружи, а тот, что стягивает изнутри, заставляя чуть сутулиться, чуть тише

говорить, чуть меньше надеяться. Потом я наконец осознал: о знании внутреннего мира нельзя рассказывать без спроса, нельзя доказывать его, как доказывают теорему. Это как пытаться объяснить слепому от рождения, какого цвета небо: ты можешь подбирать слова, можешь говорить «как синее стекло», «как остывший огонь», но они не дадут ему увидеть. Слова не становятся зрением.

За эти попытки я расплатился стыдом и позором — тем самым тяжёлым, липким стыдом, который оседает на плечах и шепчет: «Ты слишком странный, ты не вписываешься». Позже я назвал это «синдромом Будды»: когда ты вдруг видишь то, чего не видят другие, и тебе отчаянно хочется открыть им глаза, хотя они вовсе не хотят смотреть. И я давал себе совет, который потом повторял как мантру: если когда-нибудь столкнёшься с этим в себе — глуши его всеми возможными способами. Не говори ни слова, пока тебя не спросят. Иначе пожалеешь.

Но самое жестокое в этом «глушении» — то, что оно причиняет боль. Это как зажимать себе рот рукой, чтобы не закричать, когда больно: физически становится тяжелее дышать, а внутри всё равно рвётся наружу, ищет щель, чтобы просочиться хоть каплей. И ты остаёшься один на один с этим знанием, которое некому отдать, и с тишиной, которая становится слишком громкой — она звенит, как натянутая струна, которую никто не трогает, но она всё равно вибрирует.

Когда я во внутреннем мире встретился с Перисом, не зная, что я сделал это, — это было не событие, а трещина в привычной реальности: тонкая, почти незаметная, как едва уловимая царапина на стекле, по которой потом расходится весь узор. Она прошла сквозь всё — сквозь мои привычки, сквозь старые реакции, сквозь то, как я смотрел на мир и на себя. В наружном мире жизнь начала меняться не рывком, не оглушающим взрывом, а так, будто кто-то тихо повернул ручку громкости: звуки стали чище, будто с них стёрли слой пыли; лица людей — не размытыми пятнами, а живыми, с историей в складках у глаз, в лёгкой усталости, в едва заметной улыбке, которую видно только вблизи. Я почувствовал опору внутри себя — не как твёрдую стену, о которую можно удариться, а как тёплый свет в груди, который не гаснет, даже если снаружи темно, даже если ветер рвёт одежду и сбивает с шага. И от этого света во мне проснулось желание расти, продвигаться: не ради чужих похвал, не чтобы кому-то что-то доказать, а потому что внутри стало тесно от собственных возможностей, будто я годами ходил согнувшись, прижимая плечи к ушам, а теперь наконец выпрямился и увидел горизонт — и он оказался гораздо дальше, чем я думал.

Для меня это было чудо, и я объяснял его так, как учили нью-эйджеры: жизнь после пробуждения — это рай. Я поверил в это, поверил так крепко, что сам этот воздух казался мне другим — чище, слаще, будто в нём стало больше кислорода. В тот момент мне казалось, что это конец пути: я пробудился, нашёл истинного себя, мысли в голове меня слушаются, как послушные собаки, которые больше не рвут поводок, а спокойно идут рядом, зная своё место. Всё встало на свои места, и от этой тишины внутри становилось почти страшно — так бывает, когда долго бежишь в темноте и вдруг выскакиваешь на освещённую поляну: ты рад, но ещё не веришь, что опасность позади. И мне казалось, что дальше ничего интересного не будет — всё уже случилось, самое главное пройдено, и теперь остаётся только спокойно жить с этим знанием.

Но своё эго я убивать не хотел. Оно цеплялось за меня не как враг, не как тяжёлый груз, который надо сбросить любой ценой, а как старый друг, который знает все мои слабые места и всё равно остаётся рядом, даже когда ты бываешь к нему несправедлив. Убить эго для меня

значило превратиться в образ из чужих книжек: стать как индус, который сидит на гвоздях в позе лотоса до конца дней, отрешённый от всего земного. Этот образ пугал меня своей пустотой — будто из меня вынули всё, что делало меня мной: мои привычки, мои мелкие радости, даже мои ошибки, которые, как ни странно, тоже были частью моего пути. И я понял, что не хочу такой чистоты. Мне нужна была не пустота, а порядок — чтобы эго не командовало, не тащило меня туда, где я не хочу быть, а стояло на своём месте, как верный страж у ворот, который пропускает только то, что нужно, и не даёт пройти тому, что разрушит.

Я мысленно поблагодарил нью-эйджеров за то, что вытащили меня из глубокой ямы неосознанности — из той темноты, где я годами спотыкался о собственные мысли и не видел ни дороги, ни людей рядом, ни даже собственных рук. Их слова стали для меня первым светом, который показал мне выход, и я до сих пор благодарен им за то, что они вообще появились. Но вскоре этого света стало не хватать: он хорошо освещал первые шаги, но дальше начиналась тень, в которой уже нельзя было разглядеть деталей. Их учение обещало, что пробуждение — это конец, а остальное узнаешь на том свете. Эта фраза царапала меня изнутри, как грубый шов на нежной ткани: она звучала как дверь, которую захлопнули перед моим носом, и ключ от неё спрятали. Меня потянуло двигаться дальше, искать то, что лежит за пределами готовых ответов, за пределами красивых формул, которые хорошо смотрятся на обложке, но не держат тебя, когда ветер становится сильным.

Мир наружный вокруг меня менялся, начинал расцветать потихоньку — не фейерверком, не ослепительным сиянием, а так, как просыпается сад: сначала едва заметные почки, потом первые лепестки, тонкий запах, который ты замечаешь только потому, что наконец научился дышать полной грудью и не торопиться. А внутренний мир всё ещё ощущался как космос, безграничный и пока не приручённый: в нём нельзя было потрогать звёзды, нельзя было опереться на туманность, нельзя было построить дом из света и жить в нём, как в обычной квартире. Но можно было смотреть и чувствовать, как он отзывается в тебе тихим эхом, будто где-то там, в глубине, уже живёт ответ — только он ещё не нашёл слов, чтобы дойти до твоего сознания, и пока лишь касался тебя шёпотом, который ты улавливал краем слуха, когда замолкал весь остальной шум.

Глава третья. Звезда.

С двадцати семи лет, когда мне стало мало наставлений нью-эйджеров, я начал искать ещё какую-нибудь опору в разговорах с миром — начал вникать в стоицизм, в контроль своих эмоций и мыслей. Начал читать психологию и глубинную психологию. Делал это всё поверхностно, из собственного любопытства, будто перебирал ключи в связке, не зная, какой подойдёт к замку, который даже не видел, да и не был уверен, что он вообще существует. И тоже ничего не мог понять в том, чему они учили. Потому что к Релеи стоял спиной во внутреннем мире и не знал вообще, что она существует — будто в комнате есть окно, но ты годами смотришь в противоположную стену и даже не догадываешься, что там может быть свет. Для меня это было что-то выше моих возможностей и понятий — что такое «контролировать эмоции».

Для меня контроль мыслей ощущался, как и в начале изучения нью-эйджеров: это насильно говорить «нет», насильно делать вдох перед ответом своему обидчику. Это казалось упражнением в насилии над собой, и я чувствовал, что никогда этому не научусь — как если бы от меня требовали стоять на одной ноге и одновременно дирижировать оркестром, а я даже не знал, где у меня нога. Про Карла Густава Юнга вообще тогда понять не мог — про его тени, про то, что люди — мои зеркала. Это звучало как красивая метафора, в которую я не мог

поверить, потому что мир казался мне не зеркалом, а глухой стеной, от которой отскакивают все мои попытки его понять, и остаётся только звон в ушах.

Опять ночью сижу на лавочке на улице, сигарету курю. Дым тянется тонкой нитью, растворяется в темноте, и мне кажется, что вместе с ним уходит и какая-то часть меня — та, что ещё надеется на простой ответ, на одну единственную формулу, которая всё объяснит и уберёт тревогу. Про себя спрашиваю: есть ли продолжение, или всё так и есть, как нью-эйджеры наставляют — на земле пробуждение, а остальное узнаете на том свете? После этих слов у меня во внутреннем мире, как в космосе, вспыхнула звезда.

Я начал ощущать внутренний мир — не как мысль, не как идею, которую можно записать в блокнот, а как пространство, в котором я всё время жил, но не замечал его, будто шёл по комнате в полной темноте, натыкаясь на углы, роняя стулья, и вдруг кто-то зажёг свет. Видеть я его начал не глазами, а каким-то осознанием — будто зрение переехало из глаз в грудь, в солнечное сплетение, и оттуда я стал видеть не предметы, а связи между ними: как они держатся друг за друга, как тянутся нитями, как дышат в одном ритме. Эта звезда начала расти, приближаться из глубин, остановилась. Свет от неё был подобен шаровой молнии — как будто плазма, но не горячая, не обжигающая, а температуры моего тела, словно это был не чужой огонь, а моё собственное тепло, обретшее форму. Звезда остановилась, и из неё луч её же плазмы стрельнул, как лазер, сквозь моё солнечное сплетение.

Я удивился — у меня от удивления опять сигарета изо рта выпала. Сознание не потерял. Людей рядом нет — спросить у них, видят ли они, что это из меня светит, некого. Сигарету с пола поднял, сел, закурил и сижу, дышу, пытаюсь уложить в голове, что происходит. Это не страх, не восторг — это какое-то оцепенение, когда реальность вдруг становится слишком большой, чтобы её вместить, и ты сидишь, как ребёнок, который впервые увидел море и не знает, плакать ему или смеяться, потому что слов не хватает.

Луч от звезды направил на берёзу во дворе — и стал чувствовать её до такой степени, как самого себя чувствую. Она как будто стала продолжением моего тела. Я чувствовал её края — и корни, и кончики веток — как собственные нервные окончания, будто по этим веткам бежали те же импульсы, что и по моим рукам. Чувствовал, как её сок двигается от корней вверх, и даже цвет её сока — слегка зеленоватый. Думал: если так чувствую её, дай-ка я веткой пошевелю. Взял и начал шевелить на расстоянии одной из её веток. Удивился, испугался, отвёл луч от неё. Глаза тёр, прыгал на месте — проверял себя: не галлюцинации ли это? Но луч не пропадал никуда, он жил внутри меня, как собственное сердцебиение — его не видно, но ты точно знаешь, что оно есть.

Камень в руки взял, на камень луч направил — и стал чувствовать его до каждого атома, как будто вся его твёрдость вдруг стала податливой, как глина. Он в руках у меня превращался в пластилин, мягкий, и я из него мог слепить что угодно — не руками, а намерением, как будто мысль сама по себе становилась формой. Это было не волшебство, а какое-то возвращение к чему-то забытому, к тому, что когда-то было естественным, как дыхание, как первый шаг, который ты делаешь, не думая о равновесии.

Потом из-за угла дома кошка Мурка моя выходит, рядом запрыгнула на лавочку и давай мурчать по-кошачьи. Я на неё луч направляю, спрашиваю: «Не хочешь кушать?» Она отвечает: «Нет, не хочу». Я совсем опешил от удивления. Спрашиваю: «А ты сильно обиженная на меня, что я так много раз у тебя котят утопил?» Она отвечает: «Нет, не сильно. А вот мой сын на

тебя со вчерашнего дня сильно злится за то, что ты ему усы отстриг, когда сидел и ногти себе подстригал. Нам наши усы очень нужны, мы их не для красоты носим». Покрутилась, хвостом повеляла и ушла за дом гулять. Я вообще в шоке — не от того, что она заговорила, а от того, как обыденно она это сказала, будто это самое естественное дело на свете — разговаривать с человеком, который светит изнутри, и не делать из этого ни драмы, ни чуда.

Пошёл домой, умылся — хотел ещё раз проверить, что со мной всё в порядке. Вода стекала по лицу, холодная, настоящая, и на секунду мне показалось, что с ней смывается и этот свет, но он не уходил, он просто становился тише, как пламя, которое не гаснет, а прячется за стеклом. Родственники спали уже. К телевизору подошёл — на нём сериал шёл. Луч на него направил, спрашиваю: «Меня точно сейчас не глючит?» И в этот момент главный герой, говоря с другим персонажем, вдруг будто повернулся ко мне — не буквально, а так, как бывает во сне, когда все знают, что ты здесь, и мир на секунду делает вид, что он с тобой заодно, — и отвечает: «С тобой всё в порядке. Ложись спать. У тебя сил сегодня не хватит узнать больше».

Я спать лёг. На цифровые часы луч направил, задавал вопросы часам — они вместо цифр писали мне буквы: «да» или «нет». И у меня от каждого ответа что-нибудь мне правда из меня силы много забирало — будто каждое «да» и «нет» стоило мне капли крови, капли тепла, как если бы за каждое слово мир брал с меня небольшую плату, и я был готов её платить, потому что это была плата за знание. Я весь радостный лежу, засыпаю, думаю: меня каким-то даром наградили, возомнил, что я каким-то экстрасенсом стал, и от этой мысли даже улыбался в подушку. И уснул.

Утром просыпаюсь — а чудо это исчезло. Не как сон, который забывается, а как дверь, которая тихо закрылась, пока я спал, и теперь я не могу вспомнить, где была ручка, и даже не уверен, была ли она вообще. Но в теле осталось странное ощущение — будто я всё ещё немного чувствую берёзу, камень, Мурку, как эхо, которое не хочет затихать, как отзвук струны, которую тронули и отпустили, а она всё ещё вибрирует. И ещё — чувство, что внутренний мир не исчез, он просто перестал быть ярким, как солнце в пасмурный день, когда ты знаешь, что оно там, за облаками, и ждёшь, когда оно снова выглянет, и тогда ты снова сможешь греться в его свете.

Потом во мне будто поднялась тихая обида — не злая, а какая-то усталая, как у ребёнка, которому дали яркую игрушку, а потом незаметно забрали, пока он отвернулся. Я всё прокручивал тот случай в голове: сначала меня будто даром наградили, а потом его у меня отняли. Только теперь я понимаю, что всё было совсем не так. Это сам Пэрис тогда со мной на контакт вышел и вживую показал ответ на тот самый вопрос, который я шептал, сидя на лавочке: «А есть ли продолжение? Или пробуждение — это здесь, а остальное узнаешь на том свете?» Но я тогда не понимал этого — и даже не знал, что передо мной стоит Пэрис, что это он протягивает руку сквозь тьму.

Люди не узнают своих благодетелей в лицо. Помощь приходит так тихо, из-за угла, будто не хочет мешать, не хочет быть замеченной. Знаки подаются шёпотом: через сны, через странные совпадения, через вспышку звезды внутри. А я стоял как глухой на концерте: музыка играла, переливалась, дрожала в воздухе, а я смотрел по сторонам и искал, откуда идёт звук, и не слышал его прямо в груди. Мне давали знаки — а я искал им объяснение в книгах, в чужих учениях, в формулах, которые можно записать на бумаге, но не в том, что нельзя потрогать.

В двадцать восемь лет мы с мамой и братом переехали из села в другую страну , брат матери нас вытащил из ада — в город, где все говорили на нашем родном языке, где большинство людей были с нами одной национальности. Впервые за долгие годы я оказался там, где меня не травили и не избивали за то, что я просто русский. И только там я по-настоящему понял, сколько сил уходит на то, чтобы просто выживать среди чужих, как эта борьба вытягивает каждую каплю энергии, оставляя на самое важное лишь крохи. А когда выживать больше не нужно, эти силы вдруг освобождаются — и ты чувствуешь их как воздух, которого раньше не хватало: он есть, он вокруг, и можно наконец дышать полной грудью.

Таблетки в психдиспансере подобрали хорошие — припадки начали сходить на нет, случались теперь редко, два-три раза в год. Подрабатывал, получал пособие по инвалидности. Жизнь стала простой, скучной, честной — без надрыва, без попыток прыгнуть выше головы. И я принимал её, как нищий принимает горсть монет: не с восторгом, а с тихим, почти стыдливым облегчением — главное, что они есть, главное, что на хлеб хватит.

Но случай со звездой впечатался в меня так же крепко, как и другие знаковые моменты: голос покойной бабушки, то состояние, когда я переставал чувствовать себя телом, пробуждение, которое поначалу казалось концом пути. Всё это складывалось в одну карту, а я всё ещё не понимал, что по ней иду, не умел читать её линии и точки, не видел, как они соединяются в маршрут.

Жизнь во внешнем мире понемногу становилась лучше. В ней появлялся смысл, в ней можно было дышать. После стольких лет эпилепсии я будто заново учился жить — заново узнавал утро, дорогу под ногами, вкус хлеба, тишину между словами в разговоре. Пэрис мне в этом сильно помогал, а я даже не знал, кто дарит мне эти маленькие чудеса, кто тихо подталкивает в нужную сторону. Он пытался донести до меня что-то важное через сны, а я тогда ещё не умел читать этот язык. Теперь-то я знаю: он говорил со мной постоянно. Просто я не знал слов, которыми он ко мне обращался.

Однажды вечером я лежал на диване перед сном. Во внутреннем мире звезда не погасла — я продолжал её чувствовать, знал, что она есть, только спряталась где-то очень далеко или очень глубоко, как огонёк за множеством слоёв тьмы. И я собрался, сконцентрировался на внутреннем мире — будто решил отправиться в долгий поход вглубь себя. Шёл так упорно, тратя силы, как будто во внешнем мире прошёл километров десять по тяжёлой дороге: каждый шаг давался тяжело, каждый вдох был на вес золота. Но я шёл, потому что знал: там, в глубине, меня ждёт что-то настоящее.

И я дошёл.

Звезда. Она была размером примерно с четверть меня самого. Я как будто летал вокруг неё, разглядывал, пытался понять, что прячется в её свете. И подумал: «То, что ты умеешь творить снаружи, я уже видел. А что у тебя внутри есть, интересно?

Только я закончил эту мысль — и тут же на моей спине, как замок на куртке, разом растянули две застёжки: одна поехала вверх, другая — вниз. И оттуда хлынул свет. Но это был не свет внешнего мира, который льётся наружу, — это был свет из непонятного мира, из того неизвестного пространства, что есть за пределами внутреннего мира. Меня начало засасывать в звезду, как в чёрную дыру, мне стало и ужасно и любопытно однтвременно. За мной тянулся весь мой внутренний мир, а за ним — весь наружнтй. Эта звезда через открывшийся портал

начала выворачивать всё наизнанку: я как будто становился наружей шара, в золотисто-белом свете, в духе. Внутри меня шара выворачивался мой внутренний мир, а внутри внутреннего мира — выворачивался внешний. Всё, что я годами считал собой, оказалось изнанкой чего-то гораздо большего, словно я всю жизнь носил одежду наизнанку и только сейчас увидел, какой она должна быть на самом деле.

Я начал, как тонкая пелена, сползать с шара, собираться в маленький плотный шарик, сконцентрировался, отлип от шара . Дух был золотисто-белый, лёгкий, как утренний пар над рекой. А шар оказался раз в десять больше меня. Я стал летать рядом с ним, облетел ещё несколько таких же шаров — штуки четыре. И тут Пэрис из духа тихо сказал: «Всё посмотрел? Теперь полезай обратно. На большее сил не хватит».

Мне было неописуемо легко. В этом свете не было тяжести, не было страха, не было того давления, которое всегда ощущалось во внешнем мире. Здесь всё держалось светом, а не весом. Не хотелось возвращаться туда, где всё давит, где каждый шаг требует усилий. Но меня всё равно потянуло к моему шару — не по своей воле, а как магнитом. Я к нему прилип, снова растянулся по нему, как пелена. Портал на спине начал засасывать меня обратно, всё стало выворачиваться в обратную сторону. Постепенно всё встало на свои места, портал на спине застегнулся, и я вдруг оказался в наружнем мире — так резко, что подскочил с дивана. Сердце колотилось, как после самого кошмарного сна, только без липкого ужаса, с каким-то звенящим напряжением. Я залпом выпил стакан воды, потом выбежал курить.

Сидел, курил, втягивал дым и пытался унять дрожь. А странное чувство на спине никуда не делось: будто мой позвоночник — это замок на куртке, который тока что растёгивали. Постепенно я успокоился, вернулся в комнату, лёг и уснул.

После этого я стал бояться так глубоко заглядывать в себя. Слишком уж зыбкой и огромной становилась реальность, стоило только сделать шаг за привычную границу. Но знание того, что я повидал, осталось. Оно впечаталось в меня, как и все прошлые откровения, и теперь жило внутри, тихо напоминая о себе в самые неожиданные моменты — в случайном сне, в странном совпадении, в ощущении, будто за спиной кто-то тихо улыбается и шепчет: «Ты помнишь? Ты был там».

Глава третья. Знакомство с Пэрисом.

После того случая прошло года два. Я уже не искал информацию про внутренний мир с прежней жадностью — скорее по инерции перебирал то, что оставалось на самых дальних полках, как человек, который долго рылся в сундуке в поисках сокровища, а теперь лишь изредка опускает туда руку, не ожидая найти ничего нового. Добрался уже до мистерий, даосизма и гностицизма. Но и там мало чего нащупал: тексты будто говорили на языке, который я слышал, узнавал отдельные слова, но не мог сложить их в понятную фразу. Про Демиурга, про общение с Богом и выход из тела, про изумрудные скрижали Гермеса Трисмигиста цепляли, звенели где-то внутри, но звучали как формулы без ключа — красиво, весомо, будто высечены на камне, а толку от них не было. Они подходили к моему опыту, он ложились на него, как перчатка на руку. Всё тоже поверхностно о этом говорится у них. Как будто специально ни где глубже положенного, не дано людям знать.

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.