

Лиана Алавердова
Самоубийство: до и после

Лиана Алавердова

САМОУБИЙСТВО:
ДО
И ПОСЛЕ



Аннотация

В книге Лианы Алавердовой «Самоубийство: до и после» представлен материал, в котором излагается реальный жизненный опыт автора, пережившего потрясение в связи со смертью брата, покончившего с собой. Представлены факты и развенчаны мифы о самоубийстве, рассмотрены и оценены основные факторы риска самоубийства. Эмоционально, но при этом содержательно и выверено последовательно описаны чувства и переживания, определяющие жизнь людей, у которых погиб близкий человек. Значимой является глава книги, которая нацелена на ориентацию окружающих в логике «что делать и чего не делать».

Практико-прикладную ценность имеет и раздел «Что делать, если вы подозреваете кого-либо в суицидальных намерениях». Книга может оказаться полезной для тех, кто пережил подобную трагедию, для тех, у кого возникают мысли о досрочном завершении своей жизни, а также для их родственников и близких, у которых всегда есть шанс оказать помощь в подобной ситуации. По целевой аудитории и содержанию книга эта – «первая ласточка» для подобной литературы на русском языке.

Лиана Алавердова Самоубийство: до и после

Для тех, кто переживает утрату

Дорогой читатель! Вы взяли в руки необычную книгу. Она непроста для чтения. В ней поднимаются сложные и трагические вопросы. Знакомство с этой книгой потребует от Вас определённого мужества. Но её надо прочитать. Прочитать, чтобы понять и осмыслить одну из наиболее тяжёлых проблем человечества – проблему самоубийства. Возможно, Вам покажется, что знать эти вопросы – удел специалистов. Зачем портить себе настроение, ведь лично к Вам это не относится. Что ж, береги Вас Бог! Однако гарантий, что это страшное событие никогда не коснётся ни Вас, ни Ваших близких, друзей, знакомых, не даст никто. К сожалению, суицид – явление не столь уж редкое.

Сухая статистика: каждый год на земле по своей воле уходит из жизни один миллион человек, ещё двадцать миллионов совершают покушение на самоубийство. Следующая попытка для многих из них станет фатальной. Среди самоубийц много подростков и детей, много людей в самом расцвете сил. Суициды занимают первое место среди всех причин насильственной смерти, включая убийства, несчастные случаи и даже гибель на войне.

Что же заставляет человека самостоятельно уйти из жизни – высшего и лучшего, что дано ему Богом? Как и почему это случается? Что можно сделать, чтобы предотвратить это противоречащее самой природе человека действие, чтобы спасти своего любимого человека? Это вопрос не только и не столько к специалистам, сколько к каждому из нас. Ибо мы, несущие в своей душе Бога, не можем оставаться равнодушными. От нас зависит очень многое!

Автор этой книги – прекрасный, умный, интеллигентный человек, выросший в благополучной, дружной и заботливой семье. На долю её семьи неожиданно выпало, пожалуй, самое тяжёлое жизненное испытание – самоубийство самого близкого человека. Достойно

пережить такую трагедию – удел сильной личности. Именно таковой и является Лиана Алавердова. Она не только выдержала это испытание, но и сумела найти в себе мужество обратиться к поиску причин случившейся беды, постараться ответить на многие вопросы, зачастую сложные даже для специалистов. Результатом этой работы стала книга, которую Вы держите в своих руках. И это не исповедь отчаявшегося человека, это – искренняя попытка разобраться в причинах трагедии, не жалея своих ещё незаживших душевных ран.

Меня как учёного, врача, занимающегося проблемами суицида, потрясло, насколько тщательно автор анализирует жизнь своего брата, пытаясь найти те причины, те факторы, которые привели его к трагическому исходу. Лиане удалось каким-то непостижимым образом соединить в этом анализе научную беспристрастность с болью и горечью личной утраты. В книге доступным языком рассказывается о множестве факторов, способствующих возникновению суициdalного поведения, ведь самоубийство – это не гром среди ясного неба, это не какое-то неожиданное событие. Суициdalное поведение – это процесс, который может длиться значительную часть жизни, а собственно суицид является лишь его трагическим финалом. Автор приводит все эти важные сведения через призму воспоминаний о жизни своего брата, что наполняет глубоким жизненным смыслом научную информацию.

Главное внимание в книге (и в этом её главное достоинство) уделяется тому, как себя вести при первых признаках надвигающейся беды, что предпринять в этом случае, к кому обращаться за помощью, а также другим, исключительно важным для людей советам. Эта информация очень важна, ведь её знание – залог спасения жизни человека!

Лиана Алавердова не ограничивается только этими рекомендациями. Учитывая, что книга может попасть в руки людей, уже переживших подобную трагедию, и базируясь на собственном тяжком опыте и опыте других людей, она даёт очень важные советы о том, как родственникам погибшего пережить эту трагедию, как найти смысл в своей дальнейшей жизни, как уйти от тяжести собственной вины в случившемся (которой, как правило, и не существует).

Хочется особо отметить, что автор заканчивает свою книгу стихотворениями, написанными ею после трагической утраты. В них она открывает свой душевный мир, чувства и переживания. Стихотворения закономерно венчают её титанический труд, потребовавший всего богатства и мужества души. Несчастье не сделало её обиженней на существующий мир, оно заставило её полюбить этот мир ещё больше! Ибо любовь и доброта есть высшая форма нашей духовности, существования Человека с большой буквы! Таким Человеком и является Лиана Алавердова.

Написанная ею книга важна для тех, у кого возникают мысли о досрочном завершении своей жизни. Эта книга важна для родственников и близких, у которых всегда есть шанс оказать помощь в подобной ситуации. Эта книга важна для множества людей, которые пережили подобную трагедию. Эта книга написана во Спасение! Прочитайте её, она того заслуживает!

Борис Положий,

доктор медицинских наук, профессор, руководитель Отдела экологических и социальных проблем психического здоровья Государственного научного центра социальной и судебной психиатрии им. В. П. Сербского (Москва), научный координатор Сотрудничающего центра ВОЗ по проблемам суицидологии в РФ, почётный член Немецкой академии психоанализа (DAP).

Самоубийство: до и после

Памяти моего любимого брата Вадима Алавердова

*Бог сохраняет всё.
Особенно слова прощенья и любви,
как собственный свой голос...
И. Бродский*

Предисловие автора,

или Почему написана эта книга

Эта книга написана для тех, у кого близкие покончили с собой, и для тех, кто хочет знать больше о самоубийстве, чтобы предотвратить трагедию и помочь тем, кого коснулось это горе. Тема самоубийства зачастую табуирована. Она вызывает праздный интерес у газетчиков и любителей сенсаций, и в то же время эта тема настолько страшна и некомфортна для людей, что они не знают, как себя вести в том случае, если эта беда случается с их знакомыми. Многие не хотят омрачать своё сознание подобными ужасами и «отодвигают» от себя всё, что может покуситься на их покой. Эта книга не для них. Она для тех несчастных, мучающихся годами и терзающих себя вопросами и чувством вины людей, родственники или друзья которых покончили с собой. Эти люди не решаются или не умеют высказать наболевшее, не осознавая, что их горе, искусственно замороженное и запрятанное, рвётся наружу и калечит их души, обречённые на непонимание окружающих. Они чувствуют себя безнадёжно, вселенски одинокими.

Почему люди убивают себя? Каковы признаки надвигающейся трагедии? Как помочь тем, кого коснулась беда? Вот основные вопросы, на которые я пытаюсь ответить в этой книге. Сразу оговорюсь, что я не выступаю здесь в роли научного исследователя и не претендую на какие-либо открытия в психологии и психотерапии. Моя цель гораздо скромнее: она утилитарная, а не теоретическая, причём я пытаюсь помочь своей работой не только читателям, но и себе. Многие из советов, которые я привожу в своей книге, «опробованы» на мне самой. Я человек, переживший катастрофу. Таких людей по-английски называют «survivors», то есть выжившие, уцелевшие. (1) В данном случае речь идёт не о катастрофе мирового масштаба, а о беде, затронувшей тех, кто знал и любил моего брата. Но каким бы узким ни казался нам этот круг лиц, самоубийство всегда затрагивает больше людей, чем кажется на первый взгляд. Самоубийство – это землетрясение, сметающее островки надежд, рушащее мосты дружбы, рвущее узы симпатий и привязанностей, разрушающее всё и вся: веру в ценность человеческой жизни, в святые законы человеческого существования (моральные, религиозные, интимно-личностные). Словом, крушение основ.

Катастрофа обрушилась на меня и моих родных, когда мой единственный брат, Вадим Леонидович Алавердов, покончил с собой, бросившись с десятого этажа дома, в котором мирно спали его ничего не подозревавшие родители. Этот поступок рассёк моё и родительское существование и сознание на два пласта: «до» и «после» катастрофы. Можно попытаться объяснить, что испытывают люди, узнавшие только что о подобном, самом страшном и непредставимом, и я, к сожалению, потерплю здесь фиаско, не сумею этого сделать, потому что если выражение «слова бессильны» уместно когда-либо, то в данном случае без него не

обойтись. Оглоушенные горем, мы столкнулись с вопросами, которые жалили нас, словно рои диких пчёл, и на которые нами не найдены ответы до сих пор. Поиск ответов на мучительные вопросы внезапно переместился в центр моего существования. Можно ли было спасти его? Что мы проглядели? Как отделить черты характера от психических отклонений? Религиозный человек задаёт вопросы Богу, книжный червь, каковым я была всю жизнь, – книгам. К тому времени я жила в Соединённых Штатах одиннадцать лет и мой английский значительно улучшился. Я получила магистерскую степень, читала свободно любую документальную и художественную литературу. Я бросилась к книгам о самоубийствах, депрессии, других психических заболеваниях, о том, как приходить на помощь людям, находящимся в зоне риска, и как помогать тем, у кого близкие погибли. Я нашла группы поддержки для родственников погибших, разнообразные мемуары, статьи, исследования, написанные зачастую не для профессионалов, а рассчитанные на рядового читателя. Я читала и плакала в метро по дороге на работу и с работы, в автобусе, сидя в очереди к врачу. Я поглощала эти книги, и кое-что прояснялось, мозаика обретала какие-то очертания, более или менее понятные моему разуму, хотя многое, очень многое осталось навсегда неразрешённым, так как невозможно было воскресить и допросить родную и такую загадочную душу любимого брата. Когда же я попыталась поделиться этими знаниями с моими родителями, чьи страдания были невыносимы, то оказалось, что нет ничего, что бы я могла им предложить прочесть на русском языке. Я не говорю о статистике и сухих книгах, рассчитанных на специалистов. Я говорю о книге для массового читателя, для людей, пострадавших от катастрофы – самоубийства их близкого человека.

Практически всё, о чём я написала в этой книге, взято из американских источников. Россия и страны бывшего Советского Союза имеют огромное количество проблем, связанных с психическими проблемами населения, и гораздо более угрожающую статистику по суициду, но в силу недостаточного внимания государства к профилактике и лечению психических заболеваний и сильной стигматизации и невежества в этом вопросе можно сказать, что поле деятельности для просвещения и помощи населению остается обширным и, увы, невозделанным.

Долгие годы во всех странах мира на самоубийство смотрели как на проблему, затрагивающую отдельные семьи, а не как на зло, в преодолении которого требуется активная роль государства и общества. Теперь положение меняется. Уже двенадцатый год, как многие страны мира отмечают Национальный день помощи пережившим самоубийство. Он отмечается каждый год в третью субботу ноября. В этом году двести семьдесят пять городов проводили конференции и были объединены телемостом. Американское общество по предотвращению самоубийств просило меня, как русскоязычную, помочь с осуществлением этой задачи и организовать нечто подобное в России. Увы, пока мне это не удалось осуществить. Может, кто-то из читателей возьмётся за подобную задачу?

Эта книга также очень личная и сокровенная. Она о моей личной боли и о том, как я преодолевала и продолжаю преодолевать её, как я научилась с нею жить. Она о моём брате и его трудной сложной судьбе, хотя некоторые имена, упомянутые в книге, изменены. На примере трагедии нашей семьи я пытаюсь показать и рассказать то, что практически невозможно выразить словами: о феномене самоубийства и о том, что испытывают люди, потерявшие близких. В то же самое время мне не хотелось бы, чтобы вся жизнь моего брата свелась к его последнему страшному шагу. Этим можно объяснить подробный рассказ о нём и его судьбе. Цель моя очень скромна: если у читающих эту книгу станет на одну слезинку меньше и на один гран понимания больше, то я буду удовлетворена.

Каждому, кого коснулась подобная трагедия, предстоит долгий и нелёгкий путь. И вовсе

необязательно проходить его в одиночку.

Глава 1. Как это произошло

*О Смерть, я брошусь навстречу тебе,
несдавшаяся и непокорённая!*

Вирджиния Вульф

Ночью 3 декабря 2004 года мой брат, Вадим Алавердов, встал с постели, которую заботливо постелила для него мать, снял цепочку со Звездой Давида, подаренную ею же, положил цепочку в ящик компьютерного стола, стоявшего в его комнате, тихо, чтобы не разбудить спящих в спальне родителей, прошёл на балкон и выбросился с балкона десятого этажа бруклинского шестнадцатиэтажного дома. Эта ночь – самая страшная ночь моей жизни. Голос матери, позвонившей мне по телефону, мне не забыть никогда, покуда моя жизнь и / или моя память не покинут меня.

Вадик был моим младшим и единственным братом. 31 января, почти через два месяца после этого последнего прыжка, ему бы исполнилось сорок три года. Он был красив, физически крепок, окружён любящими его родителями, племянницами, которые его обожали и называли «самым весёлым дядей в мире», имел сына-подростка, оставшегося в Украине, которым очень дорожил, был талантливым программистом, практически самоучкой освоившим это нелёгкое дело, имел друзей, любящих его с детства. Брат, я верю, тоже любил своих близких, был добр и щедр, полон юмора. Он дорожил любой жизнью, даже комариной. Но, как оказалось, только не своей.

После того, что случилось, смешилась система координат, жизнь представилась иллюзорной и хрупкой, чем-то вроде оболочки мыльного пузыря, исчезла опора под ногами. Наша прежняя жизнь откололась от нас и легендарной Атлантидой опустилась на дно океана.

Почему он это сделал?

Вопрос, на который я и моя семья искали и ищем ответ.

Загадки и странности поведения моего брата, его жизнь, такая противоречивая и непростая, его метания и шатания, его вечная неприкаянность, его поиск авантюр, его увлечения всяческой эзотерикой и сомнительными учениями, его рассуждения, споры с ним, его холодность и отчуждённость, которую я чувствовала в последние месяцы, его привычки, его поступки перед самым концом – всё осветилось новым светом, светом нового понимания его мучений и трагедии. Меньше всего мне хотелось бы романтизировать его поступок. Мой брат, что бы он себе ни воображал и ни думал, причинил немыслимую боль своим близким, навсегда сделав несчастными родителей, но совершил он это, я верю, потому, что не мог справиться со своими страданиями и искал спасения от самого себя.

Накануне вечером я говорила с мамой по телефону. Как обычно, спросила о брате: «Как Вадик?» Мама ответила, что всё в порядке, он вроде успокоился и сейчас спит. Это было в девять часов вечера. «Молодец! – сказала я. – Нам надо брать с него пример. А то мы всё крутимся, крутимся допоздна». Затем я, мой муж и наши три дочери пошли спать. Где-то в час ночи меня разбудил звонок. Я подумала, что это либо ошибка, либо кто-то звонит из-за границы, «перепутав» время. Когда я взяла трубку, услышала материнский голос, страшный, как никогда. «Папа?» – спросила я первое, что показалось мне наиболее вероятным, так как сразу же подумала, что стряслась беда с отцом.

Мой отец – пожилой человек. Тогда ему был семьдесят один год. У него избыточный вес, повышенное давление, и он к тому времени пережил инфаркт. Когда мама мне сказала, что

сделал брат, я закричала, но этого не помню (о том, что кричала, мне позднее сказал муж). Знаю только, что своим криком разбудила детей, которые вскочили с кроватей: «Что случилось?» – «Тихо, тихо, у дяди Вадика сердечный приступ, его забирают в больницу. Мы с папой поедем к бабушке». Я не могла среди ночи сказать детям, что стряслось с их дядей, а потом убежать, оставив их зареванными. Я не думала о том, что я им скажу или не скажу потом. Главное, что мне нужно было убежать из дома, что в эти страшные минуты мне нужно было быть рядом с моими родителями, просто быть рядом, как во время урагана, держаться друг за друга... Я не могу сказать, что всё это было как во сне, но чувство нереальности происходящего меня не покидало. Я помню, что надела зелёную бархатную кофту, шерстяные брюки. Была холодная декабрьская ночь, и мы оделись по сезону. И это казалось ужасно диким и страшным: то, что мыдвигаемся, одеваемся, ведём себя «нормально» в ненормальных обстоятельствах. «Моего брата нет, а я ещё имею силы? наглость? одеться, двигаться,ходить в туалет... И я не рассыпалась, не разбилась на мелкие куски... Как можно???» Я была противна самой себе...

Когда мы приехали, в квартире находились два полицейских, которые не пускали родителей на балкон, как те ни просили. Надо отметить, что нью-йоркские полицейские поразили меня своим тактичным и мягким отношением к нам. Если они и следовали инструкциям, то эти инструкции были очень гуманными и разумными. Полицейские также не разрешили нам сразу спуститься вниз и подойти к телу брата. Полиция ждала приезда medical examiner (врача, в обязанности которого входит засвидетельствовать смерть в результате насилия, самоубийства, при любых необычных обстоятельствах вне врачебного присутствия. – *Прим. автора*). Только через какое-то время после наших просьб нам разрешили спуститься. Я шла вместе с родителями. Рафик, мой муж, остался в квартире ждать, если придётся открыть дверь полиции или examiner. Брат был прикрыт простынёй и лежал за невысокой оградой под балконом. Мы не могли себя заставить (или нас не пустили, не помню точно) перелезть через ограду и подойти к нему. Я была настолько в шоке, что даже не помню этих деталей, зато помнит мой отец. Потом, когда тело брата вынесли из-за ограды, он лежал завёрнутый в большой белый мешок. Мама просила открыть его, чтобы поглядеть на сына в последний раз. Ей этого не разрешили – видимо, тоже действуя по инструкции, чтобы избежать вероятной страшной реакции. Помню, как я и мама стояли, дрожа от холода и глядя его тело через белый покров. Тогда и приехал с Манхэттена medical examiner. Мне показали фотографии брата для освидетельствования. Я не знаю, когда их сняли: возможно, когда полиция только приехала по сигналу о том, что чей-то труп лежит около дома. Его лицо не было изуродовано, только две-три ссадины. Фотографии родителям, по-моему, не показали – тоже, я думаю, по инструкции, хотя они уверяют, что видели фотографии. Medical examiner спросил меня: как я думаю, что произошло. Я сказала, что брат был безработный, находился в состоянии депрессии. Он всё это записал. Затем тело забрали в машину, так и не показав его нам.

Забегая вперёд, скажу, что у евреев не принято видеть лица покойного на похоронах. Когда на кладбище прибыла машина из похоронного дома с телом брата, к моему удивлению, работник, бывший в машине, предложил мне, моему мужу и дочери и моим родителям посмотреть на Вадика в последний раз. Мы с благодарностью согласились. Лицо брата было загrimировано: ни синяков, ни царапин не было видно, он был в костюме, кипе и с талесом, бледный и похудевший, очень красивый, какой-то нереально красивый, как будто из музея восковых фигур. Мы застыли над ним, сцепленные агонией горя, пока гроб не закрыли...

Возвращаюсь к событиям той страшной ночи. После того как забрали тело, мы вернулись в дом. Полицейский ушёл, и мы остались одни. Наступал рассвет. Это был наш первый рассвет без него, рассвет, который он не сможет увидеть. Это было дико. Мне и мужу надо было возвращаться домой, чтобы проводить детей в школу. Была пятница. Брат совершил свой

страшный прыжок в ночь с четверга на пятницу, очевидно, не желая нарушать священность субботы.

Мы не хотели говорить детям сразу же, что произошло. Они бы не смогли пойти в школу, и нам надо было бы оставить их, зареванных, дома, а самим идти договариваться о похоронах. Поэтому мы сказали им, что дядя Вадик в больнице и мы поедем к нему. Проводив детей в школу (моей младшей было тогда одиннадцать лет, средней только исполнилось шестнадцать, а старшей, студентке университета, – восемнадцать), мы отправились в похоронный дом. Не дай Бог кому-нибудь пережить это: родителям говорить о могиле сына, договариваться о том, каким будет гроб, когда и как его похоронят. Несчастные мои родители! Покончив с нашими ужасными делами, мы вернулись домой, чтобы встретить детей после школы. Они были удивлены, почему мы не на работе. Опять был разговор о больнице. Вернулась старшая дочь из университета.

Надо сказать, что мой брат уехал в Израиль в 1991 году, когда моей старшей дочке было всего пять лет, а средней – три годика. Он переехал из Израиля в Америку в 2002 году, когда мои девочки были ещё юными девицами, а младшая – так вообще его не знала. Тем не менее они сразу же полюбили его. Он для этого, казалось, не прикладывал никаких усилий, не старался угождать и нравиться. Те игрушки, которые он присыпал им из Израиля (плюшевого верблюдика, забавную пластмассовую копилку в форме коровы и другие), они бережно хранили и любили. Когда ж они его узнали, он стал для них постоянным источником веселья. Его рассеянность, его замечания и реплики, его пение под гитару, его притчи – всё находило в их лице благодарных слушательниц и поклонниц. В то время как мы критиковали старшую и пытались учить её уму-разуму, он говорил нам: «Оставьте её в покое, пусть делает что хочет». Когда он приходил ко мне домой, они бежали ему навстречу радостные. Они любили угощать дядю Вадика своими кулинарными изделиями и просто были рады его присутствию в доме, хотя бы и молчаливому. Они были готовы с энтузиазмом пригласить его в любую поездку и на любое мероприятие. Дедушка шутил, что, сколько он ни дарил им вещей, ничто не вызывало столько благодарной памяти, как то, что Вадик как-то купил им по первому требованию жвачку в магазине.

Однако Вадик как будто не замечал обожания племянниц. Погружённый в свои мысли, он проплывал мимо них, как фрегат, занятый своим курсом, плывёт мимо лодочонок. Во всяком случае, он не подумал, каким потрясением станет его смерть для племянниц, какую травму он им нанесёт…

Итак, после ужина дети подступили ко мне с расспросами: «Есть ли надежда?» Я сказала, что надежда очень слабая, можно сказать, почти нет. Затем я сказала, чтобы они подготовились к худшему. Я сказала им, что у них больше нет их любимого дяди. Мы обнялись и заплакали все вместе, став единым клубком боли.

Я не могла и не хотела вводить в заблуждение своих девочек и плести им какие-то истории о больном сердце. Я сказала им правду. Они были потрясены. Мы все плакали. Позднее я узнала, что в некоторых, даже во многих, семьях факт самоубийства скрывается. Зачастую факт смерти от самоубийства отрицается даже самыми близкими людьми покойного, не желающими принять страшную реальность. Я глубоко убеждена, что этого нельзя делать, что правду нельзя скрывать, что завеса тайны не приносит добра, а выходит затем боком. Люди мучаются годами в одиночку, не обращаясь за помощью и поддержкой, считая, что они словно прокажённые в этом «чистом» мире, что на них лежит стигма от этого поступка и предшествующих ему психических заболеваний. В западном мире очень много делается для того, чтобы помочь тем, кто оказался в подобной ситуации. Помощь оказывается как людям с суициdalными наклонностями и настроениями, так и близким людям покойного.

Но я возвращаюсь к своему повествованию.

Глава 2. На пути к трагедии

Я обнаружила, что нет ничего более трудного, чем понять мёртвых, но нет ничего более опасного, чем их проигнорировать.

Маргарет Атвуд

Отчаянье – это не идея, это нечто материальное, то, что мучает, сжимает и разбивает человеческое сердце... пока он не сойдёт с ума и не бросится в объятия смерти, как в материнские объятия.

Альфред де Винни, Чаттертон, 1835

Когда человек кончает с собой, то первый вопрос, который возникает, – это вопрос о причине: почему он это сделал? Для того чтобы на него ответить, мне предстояло перерыть гору литературы и провести самостоятельное «расследование», следствие, которое никогда не будет закрыто, потому что мой брат не встанет из могилы и не объяснит свой поступок нам, его родным. Мне надо было мысленно «прокрутить» жизнь брата, как киноплёнку, чтобы увидеть закономерность в хаосе его жизни, мне надо было спросить себя и близких: «Что мы могли сделать, чтобы предотвратить эту трагедию?»

Наша семья – иммигранты: я с мужем, наши две дочери – Эстер и Рахиля, мои родители – Леонид и Надежда. Моя третья дочь, Флора, родилась через два месяца после нашего приезда. Мы все приехали из Азербайджана в Америку по линии еврейской эмиграции. Моя бабушка, мать моего отца, приехала сюда к своей родной сестре, уехавшей в конце 1980-х. Она была тем «паровозиком», за которым потянулись три поколения, включая мою бабушку по линии матери, моих родителей, мою семью, а затем, позднее, и семьи моих дядей по материнской и отцовской линии. Мы ехали, надеясь на лучшее для себя и своих детей, как и многие, и никакие трагические предчувствия в ту пору меня не томили. Однако, как гласит закон Мэрфи, если какая-нибудь неприятность (а в нашем случае – трагедия) может случиться, то она обязательно случится.

Семья моих родителей была открытой, честной семьёй интеллигентов второго поколения. Отец, инженер по образованию, работал дизайнером в институте технической эстетики, рос по службе и занимал административные позиции по ходу роста. Весёлый, искрящийся характер, душа компании, жизнелюб – вот приблизительные характеристики его натуры, таким его видели, любили и любят друзья, коллеги и родня. Мама не отставала от него в чувстве юмора, находчивости, она с детства была окружена подругами, любившими и ревновавшими её. Мама работала педагогом русского языка и литературы, а потом завучем по воспитательной части. Бабушка, мать мамы, выполнявшая роль и гувернантки, и домоуправительницы, была директором школы. Властная, прямая, бабушка когда-то держала в повиновении всю школу, а как ушла на пенсию – масштабы одной семьи оказались явно несоразмерны её натуре. Шумная и крикливая, бабушка обожала Вадика. Может быть, в этом сказалось её традиционное еврейское воспитание, когда над мальчиками дрожат и балуют их (головы, посвящённые изучению Торы, надо беречь), а на девочек смотрят как на рабочую силу, призванную вынести все тяготы и заботы семейной жизни. Так или иначе, но Вадик был любимцем бабушки, и она его «защищала» от нападок отца, что, конечно, вносило раскол в семью. Дом наш был гостеприимным, к нам любили приходить гости, было много смеха и веселья в любые, даже самые трудные годы. Папа увлекался изготовлением гобеленов и чеканок, строгал и пилил,

обустраивал квартиру своими руками, что вызывало восхищение и зависть у родни. Мама и бабушка искусно кулинарили. У нас всегда был обед: русская, кавказская, еврейская кухня – и гости только диву давались, как замечательно вкусно всё выходило. Красивые родители (я помню, как в детстве восхищалась красотой мамы), дружная, трудовая семья. Всё было великолепно, и я довольно долгое время, всё детство и юность, была избавлена от проблем и тягот. Моё беззаботное существование было обеспечено родителями, но я тогда мало ценила и понимала это – впрочем, как и мой брат.

Сколько я себя помню, у меня был брат. Мои первые воспоминания – это момент радости, когда я узнала о его рождении и прыгала на диване от счастья. Брат был младше меня на два с половиной года, и, как это всегда бывает, сам факт его рождения после меня предопределил семейную динамику и навсегда закрепил за нами определённые роли. Я стала старшей сестрой с её непременной обязанностью журить и поучать (вспомните фильм «Старшая сестра» с Татьяной Дорониной в главной роли). Я становилась на сторону родителей в конфликтах брата с ними и являлась примерной ученицей и послушной девочкой, предметом семейной гордости и образцом – словом, играла роль, изрядно, надо сказать, мне поднадоевшую, но неотторжимую от меня в той же мере, в какой для моего брата была роль бунтаря и анархиста. Не думаю, что Вадик когда-либо завидовал моим успехам или ревновал, если меня хвалили, а его нет. Подростком он иногда меня дразнил, но какие братья и сёстры избегают этого? Если я привычно приходила домой и рассказывала о происшедшем, то от Вадика нельзя было добиться связного рассказа о чём бы то ни было. Он был скрытным молчуном, тихим и погружённым в свои думы. Мы были типичными образцами экстраверта и интроверта, и удивительно, как мы всё-таки любили друг друга, несмотря на такие явные различия между нами.

Сейчас мне кажется, что не случайно брату дали имя Вадим, которое ведёт своё происхождение от древнерусского слова «вадить» – спорить. Его конфликты с «властями», начиная с авторитета родителей, начались с детства. Летом мои родители снимали дачу недалеко от Баку, в селении Пиршаги, и у хозяина дачи росли на бахче арбузы. Вадик срывал с хозяйствской бахчи маленькие, недозревшие арбузики, за что его наказывали, но он продолжал упорно делать своё. Как-то ему предписывалось идти на прогулку в шортиках, а он хотел только брюки – вероятно, из стремления выглядеть взрослым. Кончилось тем, что Вадик на прогулку не пошёл, а я с папой пошла гулять на бульвар и кататься на катере...

Уже здесь, в Америке, мы перезаписали домашнее кино на диск. Как-то, уже после смерти Вадика, смотрели фильм, где он, совсем малыш, кружится под музыку вместе с другими детьми. Вот кончилась музыка, и все остановились, а Вадик всё кружится и кружится один... Почему в последнее время я так часто вспоминаю об этом?...

Он вечно терялся, имея обыкновение неслышно исчезать. Мама очень боялась, что она его потеряет. То он на вокзале оторвался от родителей, забрёл в какой-то магазин, а папа в это время бегал по отходящему составу и искал его во всех вагонах; то он, шестилетний, оставил маму в магазине, недалеко от школы, которая находилась на порядочном расстоянии от дома, и самостоятельно пришёл домой; то он в пять лет (!) объявил, что уйдёт из дома, и, так как это было в Москве, где мы гостили всей семьёй летом, мамина тётя собрала ему котомку с какими-то пожитками и выставила его за дверь, мол, уходи. Он через какое-то время постучал в дверь: просился обратно... Однако стремление уйти из родительского дома в нём сидело...

Как-то, незадолго до смерти, он сказал: «Я ушёл из дома в двенадцать лет». Ушёл он, конечно, не в прямом смысле, но близко к этому, так как стал буквально пропадать вместе со своими школьными дружками.

Друзья значили для Вадика очень много – как нам казалось, даже больше, чем семья. Может, потому, что он родился под знаком Водолея? Впрочем, это замечание не для

скептиков...

В школу он попал в пять лет, так как читать уже умел, и бабушка решила, что нечего ему делать в детском саду. Он был бледным, щуплым мальчиком с интеллигентными чертами лица и маленькими веснушками вокруг маленького носа. Позднее на этот носик ещё водрузились очки, что отнюдь не радовало Вадика, а, полагаю, сильно смущало. У него было плоскостопие, и Вадику было трудно много ходить. Ребята дразнили его «дистрофиком» за худобу. За «дистрофику» Вадик подрался со своим будущим другом Тимкой. Тимка положил Вадика на обе лопатки, но на вопрос Тимки «Сдаёшься?» Вадик ответил отрицательно, чем заслужил уважение своего соперника, а может, и не только его. Об этом я узнала, когда Вадика не стало...

В дальнейшем Вадик много внимания уделял своему физическому развитию. Мы смеялись над тем, что он записался, казалось, во все спортивные общества Баку, которые существовали в то время. Может, тот факт, что он менял эти общества, как впоследствии менял всё в своей жизни, нас должен был насторожить... Другим элементом «самовоспитания» стало приучение к алкоголю. Дома отец выпивал, иногда крепко, но до скандалов не доходило, и эти выпивки проходили в рамках семейно-дружеского застолья. Однако со своими дружками Вадик напивался иногда до такой степени, что его потом «выворачивало наизнанку», это приводило в отчаяние родителей и бабушку.

С друзьями он пускался во всевозможные проказы и авантюры. Так, например, однажды они отправились автостопом до Крыма, где (мир тесен, да ещё как!) в Алуште, на пляже, случайно встретился с родным дядей, папиным братом. Родителям приходилось нередко вытаскивать Вадика из милиционского участка, где милиционеры, получив желаемую мзду, мирно его отпускали, но сколько крови стоило это моим несчастным родителям, и как это было унизительно для них! Сколько негодования, сколько увещеваний, разговоров и выговоров ему приходилось выслушивать от меня! Однажды я настолько была потрясена его бесчувственностью, что сказала: «Будь ты проклят!» Уж не помню, чем был вызван мой гнев, но мне этот эпизод врезался в память, потому что я испугалась своих слов, и мне теперь больно об этом вспоминать... Вадик мне никогда не припоминал сказанного. Он вообще не очень-то реагировал на наши «громы и молнии». То ли это был был дефект психики, не позволяющий понимать и разделять чувства других, то ли подростковый эгоизм...

Друзей брата мои родители не любили. Да и я их не жаловала. С ними он обманывал, напивался, его забирали в отделение милиции... Для моего брата, однако, друзья значили очень многое, если не всё. Обычно немногословный и замкнутый в обществе, среди них он был краснобаев, весельчаком, буквально расцветал. Он чувствовал себя значительной фигурой и произносил застольные тосты, был красноречив, то есть вёл себя совсем не так, как дома. Друзья льстили ему, называли его «финансовым гением», а этот «гений» выдумывал всё какие-то аферы. Сейчас я думаю, что Вадик не умел (не хотел, не мог?) найти признания в семье. Родителям очень хотелось им гордиться, но происходило мучительное несовпадение их ожиданий и надежд и его поведения, и в силу этого несовпадения друзья были для него единственным полем для самоутверждения.

Дух независимости и бунтарский характер неизбежно приводили Вадика, говоря канцелярским языком, к «противоправным действиям», к конфликтам с властями, где бы он ни был. Родителей и меня никогда не покидал страх за Вадика. Я боялась, что он или окажется в тюрьме, или умрёт насилиственной смертью. Даже в Израиле он умудрился на семь лет стать «невыездным», когда заночевал пьяным в автобусе и поспорил с полицейским...

Как я уже сказала, Вадик был очень тихим. Входил и уходил он неслышно: звук ключа в замке либо хлопающая дверь знаменовали его появление и исчезновение. За редкими

исключениями, он не любил сообщать, куда идёт, к кому, зачем. Эта его привычка была источником частых конфликтов и переживаний, потому что он исчезал тихо и бесшумно и мог появиться глубокой ночью, а мог и не появиться, и вместо этого был звонок из милиции... Только когда он стал жить с родителями в Нью-Йорке, он иногда звонил маме и говорил, чтобы она не волновалась, что он скоро придёт, за что она была ему безмерно благодарна.

Когда Вадику было четыре года, он выучился читать, незаметно наблюдая, как бабушка учила меня азбуке по кубикам. Некоторые буквы он запомнил вверх ногами, так как сидел напротив... Ни бабушка, ни я, увлечённые процессом обучения, не подозревали, что он тоже учится, одновременно со мной. Обнаружили мы его «грамотность» случайно. Однажды папа, я и Вадик шли в гости к бабушке, папиной маме, и я по просьбе папы стала читать вывески. Дома папа с гордостью сказал: «А вот Лиля уже умеет читать. А ты что умеешь?», на что Вадик ответил: «А я все буквы знаю». Папа, конечно, тут же попросил подтверждения, что было продемонстрировано незамедлительно. Так же, не прилагая больших усилий, брат закончил десятилетку и Институт народного хозяйства, куда он поступил не из-за какого-то им преследуемого интереса, а чтобы родители «отстали». Брат в детстве рисовал машины, причём рисовал их необычным образом – вверх ногами, а потом переворачивал рисунок. Как-то, когда мы уже были подростками, папа принёс книгу о многогранниках с инструкциями, как их изготавливать из бумаги. Брат начал делать многогранники, причём от самых сложных к самым простым, уставив цветными фигурами целую полку книжного шкафа.

Вадик был музыкален. Я ходила в музыкальную школу по классу фортепиано, а его отдали туда же по классу виолончели. Благо его учительница музыки жила в нашем дворе, и для занятий не надо было ходить куда-то далеко, учительница приходила к нам домой. Тем не менее он не захотел закончить семилетнюю музыкальную школу и бросил учиться довольно рано. Зато знание струнного инструмента позволило Вадику легко выучиться игре на гитаре, и он с одинаковым удовольствием бренчал песни Высоцкого и блестного репертуара.

В школе он учился без напряжения, не прикладывая особых усилий. Ему достаточно было один раз прочесть страницу учебника, чтобы потом почти наизусть пересказать прочитанное. В Институт народного хозяйства он пошёл, вероятно, только потому, что учиться там надо было всего четыре года и, как подозревал папа, ему не терпелось «догнать меня»: я учились в университете на историческом факультете пять лет. Вадик выбрал специальность «бухгалтерский учёт», хотя ему, вероятно, было всё равно, куда поступать.

За несколько дней до смерти Вадик попросил папу: «Научи меня рисовать», имея в виду живопись маслом или акварелью. Наш отец – дизайнер, художник, гобеленист и чеканщик, и в эмиграции он много трудится, реализуя свои художественные таланты. Отец был очень удивлён и даже воспринял желание сына как очередную блажь, но мать, как говорится, «материнским чутьём» или просто хватаясь за соломинку надежды, видя, что сын падает духом всё больше и больше, скомандовала, чтобы отец «занялся» им. В сорок два года Вадик впервые по-ученически взялся за краски и нарисовал довольно неплохо две картины: натюрморт и цветы. Отец, который вначале было подшучивал над ним, мол, Ван Гог объявился, был впечатлён и предложил продолжить занятия, но Вадик остыл и не захотел...

Я никогда не сомневалась в способностях своего брата, но, как говорила учительница географии о Вадике, «умная голова дураку досталась», разделяя интеллектуальный потенциал брата и отсутствие здравомыслия.

У Вадика появилась любимая девушка, тонкая и умная, любящая стихи, хорошую литературу. Мне она внушала уважение. Когда Вадик погиб, я неожиданно получила письмо от неё и сообщила ей о смерти брата. Вот что она мне написала...

Здравствуй, Лилечка!

С того самого дня, как я получила от тебя это страшное сообщение о Вадике, я всё время вспоминаю его.

Всё время всплывают какие-то детали, не всегда в хронологическом порядке.

Ведь прошла половина моей жизни.

Мне было тогда 24, а теперь – 48...

Но я постараюсь поделиться своими воспоминаниями. Возможно, они будут сбивчивыми и не совсем по порядку.

Это был трудный год для меня – 1980-й.

В том год я навсегда потеряла надежду на взаимную любовь. Человек, в которого я была безуспешно влюблена много лет, женился на другой. Я была растеряна, пыталась забить эту боль в душе работой, командировками.

В том же год осенью мне подвернулась поездка в Чехию, и я с радостью туда поехала.

Где-то в начале ноября (как раз перед праздниками) мне позвонил незнакомый молодой человек. Как у нас в Баку бывало, он пытался завязать со мной знакомство. Но я была девушкой очень серьёзной, да ещё пережившей сердечную драму и не соглашалась на встречу. Потом он позвонил перед Новым годом. Каюсь, я даже съязвила, что он звонит только перед праздниками и приглашает меня их отметить. Я опять ответила отказом.

После Нового года звонки продолжались. И наконец-то я дала согласие на встречу.

Как ты уже догадалась, это был Вадик.

В середине февраля мои сердечные (в прямом смысле этого слова) раны дали о себе знать, и меня родители буквально запихнули в больницу. Вадик приходил ко мне каждый день. Он был очень внимателен и обходителен. Мне было интересно с ним разговаривать. Мне очень льстило такое внимание, и я постепенно привязалась к Вадику.

Скажу откровенно, это не было вспыхнувшее чувство. Просто мне было очень приятно находиться с ним рядом, слышать его голос. И эти отношения лечили меня лучше любых лекарств.

Меня выписали из больницы 1-го апреля. Мы стали встречаться с Вадиком. Мы читали одни и те же книги. Вадик ведь очень умный человек. У нас на многое совпадали взгляды. Только не я его, а он меня всегда считал младшей.

Он говорил мне, что я ещё девочка, а он старик. Когда я прочла в твоих стихах эти же слова, я даже вздрогнула.

Он читал мне стихи из Гессе и называл себя степным волком.

...Очень трудно говорить о Вадике «был»... Хотя мы очень давно не виделись и наши пути разошлись...

Для тебя ведь не было тайной, что Вадик очень увлекался спиртным. Я боролась с ним, как могла. Много раз он приходил ко мне не в лучшем состоянии. Я обижалась на него. Он просил прощения и обещал, что это будет последний раз... Иногда он вообще не приходил в назначенное время. Я звонила, тревожась о том, что с ним что-то случилось, бежала к вам домой... Как-то он даже не смог выйти ко мне, меня встречала ваша мама. Вся ваша семья встречала меня всегда радостно, и вы все мне очень нравились.

К тому же мир очень тесен. Ведь наши мамы в 9-м классе учились вместе, и у нас даже есть фотография их класса.

Обещания давались регулярно, и всё время повторялось одно и то же. Мне очень хотелось помочь Вадику, вырвать его из этого замкнутого круга, но у меня ничего не получалось...

Прости меня, Лилечка, может быть, мне не нужно было писать об этом, но ты просила откровенно написать. Ведь это и часть моей жизни... Мы ещё продолжали встречаться, я надеялась, что всё-таки у Вадика хватит сил. Ведь к тому времени я очень к нему привязалась. И мне было очень тяжело разорвать наши отношения. Вадик ушёл в армию, и мы решили перед этим, что останемся просто друзьями.

Были редкие короткие письма из Астрахани. Но когда Вадик вернулся, он не захотел дружеских отношений. Мы расстались...

Потом я слышала, что он женился, и надеялась, что он нашёл своё счастье. А вышло вот как...»

После окончания института Вадик пошёл в армию, где ему пришлось очень нелегко. Старшина говорил ему: «Ты у меня будешь умирать медленной смертью». Что там было конкретно, трудно сказать, но однажды он простоял в холодной воде в сапогах в камере, после чего у него пошли нарыва на ногах, и мама присыпала ему мазь для лечения. Мы знали, что ему было тяжко, но он всё-таки выдержал это испытание и писал письма домой даже с юмором.

В 1985 году мой брат вернулся из армии и пошёл работать по специальности, бухгалтером. Начальник очень высоко отзывался о его способностях, но брата это мало волновало. Там он познакомился со своей будущей женой, Инной, которая была уже дважды замужем, один раз, якобы, фиктивно. Говорю «якобы», потому что с Инной я близко знакома не была, Вадик о ней не откровенничал, и о ней нам стало что-то известно со слов нашей соседки, которая знала её по консерватории, где она училась ранее. Мы так и не знаем, кто были предыдущие мужья нашей невестки и почему она разошлась с ними. Отношения моего брата и его будущей жены были не безоблачными. Однажды он её ударил, и она прибежала жаловаться моей матери, на что моя мама посоветовала им расстаться, раз её будущий муж так себя ведёт. Инна не послушала, и они поженились. До того, как это произошло, Вадик размышлял вслух в обычной своей полуироничной манере, «жениться или не жениться», причём привлекал то меня, то маму в качестве собеседниц.

Недавно, роясь в старых бумагах, я нашла свой рассказ, написанный тридцать лет тому назад, легкомысленный рассказ молодой девицы: роман с одноклассником, перманентная завивка, поступки наперекор родительской воле и другие юные эксперименты. Рассказ этот всё же немного передаёт атмосферу нашего дома и мои отношения с братом. Мы с ним часто спорили и философствовали. Он был моим излюбленным собеседником, часто озвучивавший голос незримого оппонента, что находился у меня в голове во время любых полемик. Вот отрывок из этого рассказа, символично названного «Зуб мудрости»:

«Ну что за манера у моего брата разгуливать по квартире со стаканом чая и ещё набиваться в собеседники?!

– Не делай вид, что спишь, – предупреждает он. Я чувствую, что он не отвяжется, но молчу.

– Ты – жертва воспитания. Тебе внушили, что ночью надо спать, и ты покорно закрываешь глаза. А днём спать не положено, и ты не спишь.

– Слушай! Я и в самом деле хочу спать! Уйди! – не выдерживаю я.

– Я же сказал, что ты не спишь.

– Потому что ты мне заснуть не даёшь. Чего тебе?

– Поговорить.

– О чём? Опять о женитьбе?

Вот уже второй день он ко мне пристаёт с вопросом, жениться ему или нет. Я прекрасно знаю, что мои советы ему не нужны. Если он что-либо решит сделать, то его никакая сила не

остановит. Просто хочется поболтать, и он валяет дурака. Моё участие в последующей беседе сводится к отрывистым репликам: «Женись», «Не женись». Наконец, ему это надоедает, тем более что он ещё более утверждается в намерении не жениться. «За» женитьбу говорят у него один-два довода, а «против» – чуть ли не двадцать. Но это надоедает и мне, и я задаю ему наш традиционный вопрос, на который никогда не получаю ответа: «Ты что, идиот?» Иногда я его сокращаю: «Ты идиот?», или просто: «Идиот?!» Спрашиваю я громко, поэтому через минуту в комнату врывается мама и уволакивает брата. Слава Богу! Наконец-то можно поспать.

Утром мы с ним встаём почти в одно и то же время – около одиннадцати часов. Он так же не торопится в институт, как и я. Он читает газеты, лёжа на диване, а я к газетам равнодушна, как и все женщины, за исключением пенсионерок. По утрам я не люблю разговаривать, а брат вообще не словоохотлив. Мы не здороваемся. К чему формальности?»

Вот примерно в таком полуслугливом ёрническом духе мой брат размышлял, не жениться ли ему на Инне. Я не думаю, что когда-либо он был романтически влюблён в Инну, и вряд ли он её уважал. Тем не менее я и мои родители понимали, что ни уговаривать, ни отговаривать в этом случае нельзя, и брак свершился. Бракосочетание моего брата прошло наименее торжественным образом. Они зарегистрировали свой брак в присутствии двух свидетелей: моего мужа и её брата. Затем все четверо пришли к моим родителям, и мы вместе отобедали, включая также наших двух бабушек и дедушку со стороны отца. Может, брата подстегнуло и моё изменившееся семейное положение: я вышла замуж в 1985 году, а мой брат женился в апреле 1987-го, когда ему было двадцать пять лет.

Вскоре после того, как Вадик женился, его жена переехала вместе со своими родителями в Харьков. В октябре 1987 года у Вадика родился сын. Мама вспоминает, как Вадик однажды плакал, узнав, что его сын заболел. Он любил своего сына, хотя тот и рос вдали от него. Какое-то время Вадик всё же оставался в Баку, а затем поехал в Москву заниматься мелкой торговлей брелками, матрёшками и всякой всячиной на Арбате. Там его регулярно «доили» милиционеры, но так как он был в компании друзей-одноклассников, то его это предприятие веселило. Наши родители не могли понять авантюрного духа своего сына, но он, очевидно, наслаждался ролью руководителя «предприятия» и распределителя работ. Полученные деньги он усердно переправлял жене и сыну, но сам жить с ними не мог или не хотел, или то и другое вместе. Затем, движимый всё тем же авантюрным духом и желанием не расставаться с друзьями, часть которых потянулась в Израиль, он собрался туда же, для чего предварительно развёлся с женой. Его брак с Инной, таким образом, продолжался около пяти лет, но у них не было стабильной семейной жизни: он то приезжал в Харьков, то уезжал, но постоянно снабжал свою жену и сына деньгами, покупал мебель для квартиры, где они жили, то есть материально поддерживал их. Для родителей его проводы в Израиль стали горьким и незабываемым событием. Все его мысли, казалось, были обращены только на своих дружков, взявшихся проводить его до границы. И даже на прощальный обед, устроенный маминой тётей в его честь, он не пришёл.

Я бы не хотела, чтобы создалось впечатление, будто мой брат был бесчувственным и равнодушным к своим близким. Он делал добро, когда сам считал нужным, от души, широко. Он любил дарить подарки и цветы и был довольно безразличен к деньгам. Когда меня отправили после окончания учёбы после распределения в один из районных центров Азербайджана, Исмаиллы, бабушка вызвалась поехать со мной. Как жена декабриста, семидесятишестилетняя моя бабушка отправилась в «ссылку» с внучкой. В марте, когда у бабушки был день рождения, Вадик поехал к нам, чтобы её поздравить, хотя было очень опасно ехать через снежный перевал в снег. Вопреки советам матери, он поехал и, конечно, очень растрогал бабушку. Или, когда в Баку было неспокойно и стреляли на улицах, он взялся отвезти

подругу матери к её отцу в больницу и повёз соседей-армян в аэропорт. Это было время обострённого конфликта между Азербайджаном и Арменией, и Вадик рисковал своей головой, когда помогал друзьям и знакомым. Хотя мой брат придумывал финансовые авантюры, ему нужно это было из бравады, а отнюдь не из-за любви к деньгам. В родительском доме деньги Вадика лежали в ящике, который не запирался, и он их никогда не пересчитывал. Он легко расставался с деньгами.

Жизнь в Израиле, куда он прибыл в 1991 году, как будто раздвоила его личность. С одной стороны, он остался самим собой. Вместо того чтобы серьёзно взяться за учёбу или устроиться на работу и зарабатывать себе репутацию, он порывался в Москву к своим товарищам, затевал какие-то купли-продажи, то есть был всё тем же непутёвым и шалопутным, каким мы его знали. С другой стороны, там, на исторической родине, он ощутил свою еврейскую принадлежность: стал придерживаться субботы, ему сделали обрезание, старался ни о ком не говорить дурно, как заповедано Торой. Родители советовали ему учиться или пойти работать в кибуц. Вадик не послушался, как всегда.

Тем временем по моему почину наша семья собралась эмигрировать в США. Я списалась с семьёй сестры моей бабушки, и мы подали анкеты на отъезд на постоянное место жительство в США. Главной причиной, подстегнувшей меня и моих близких к отъезду, были трагические события, произшедшие в Азербайджане в связи с конфликтом в Нагорном Карабахе. Погромы в Баку и Сумгаите потрясли меня и моих родных. Мы прятали дальних родственников армян в родительском доме, я с маленьными детьми стремглав бежала со съёмной квартиры, которую сдавала нам армянка, моя школьная подруга скрывалась у каких-то друзей её родителей, город становился чужим и страшным. В 1991 году умер мой дедушка со стороны отца, который был перед смертью нетранспортабельным, и после его смерти я развернула агитацию и заторопила всех с отъездом. Мой муж, я на седьмом месяце беременности и мои две маленькие дочки погрузились в самолёт в аэропорту Шереметьево. Пришла пора собираться родителям вместе с их старыми мамами, моими бабушками. Эти сборы – отдельная история. В разгар сборов из Израиля заявился Вадик со своим другом. Больно об этом говорить, но его приезд, со слов родителей, был для них не поддержкой, а поводом для очередных волнений. Он притащил с собой своего школьного друга, украинца, но с паспортом, где было написано, что он родился в Ереване, это было крамолой в то время. Пришлось вызволять друга из лап милиции. Словом, Вадик есть Вадик. Укатил и даже на день не задержался, чтобы отпраздновать день рождения матери.

Вадику не сиделось в Израиле, как не сиделось нигде. Несколько раз он съездил в Москву.

Поездки в Москву ничем хорошим не обернулись. У него завязался роман с женой одного арбатского художника, разрисовывавшего матрёшки, с которым он был связан торговыми делами. (*Как недавно я узнала, эта женщина была довольно известной московской певицей, выступавшей в жанре авторской песни. Она полюбила Вадика и, по словам брата, была его настоящей большой любовью. Когда моя мама спросила Вадика, уже после его приезда в Америку, любил ли он когда-нибудь, то Вадик в свою очередь спросил её: «А ты разве не помнишь, что со мной было в Москве?» После гибели Вадика, по слухам, его бывшая любовь очень сокрушилась. Она умерла два года спустя после его смерти и была похоронена на Волковском кладбище.*) Дело кончилось пьяным скандалом и дракой с мужем этой женщины. Они напились, подрались, Вадика заперли в комнате то ли на третьем, то ли на пятом этаже дома, где жила его дама сердца. Он пытался вылезти из окна, привязав шнур или верёвку к какой-то мебели, а в результате сорвался и чудом остался жив, оказавшись в больнице с переломами. К Вадику приехала из Харькова его бывшая жена – ухаживать за ним, за что Вадик остался ей благодарен потом надолго, если не до конца жизни. Трудно сказать, каковы были её

мотивы. Возможно, она его любила или просто жалела. Нам Инна не писала, и никакой связи у нас не было. Он вернулся в Израиль, но через какое-то время снова приехал в Москву и опять был до бесчувствия избит мужем женщины, которую любил. Это «лекарство» подействовало, и брат вернулся в Израиль. Ни я, ни мои родители тогда даже не знали, до какой степени он был переломан, когда упал, как был избит и как страшно выглядел. Наши московские родственники не хотели нам сообщать всех деталей, так как прилететь в Москву мои родители всё равно бы не смогли: мы только что приехали в Америку и не могли уехать из страны, не рискуя потерять право на грин-карту, дающей путь к американскому гражданству. Моя мама ухаживала за двумя старыми бабушками, а я возилась с тремя детьми. Осенью 1993 года приехал в Америку двоюродный брат моей мамы и рассказал нам о том, что случилось с Вадиком.

Прошло ещё какое-то время, и Вадик решил воссоединиться с женой, к которой испытывал благодарность. Он хотел помочь ей с медицинскими проблемами, чтобы она прооперировалась в Израиле. Он уехал в Харьков, зарегистрировался со своей бывшей супругой, а затем, когда она изъявила желание приехать к нему, передумал и стал её отговаривать. Отговоры не помогли, и Инна приехала к нему вместе с сыном. Это произошло в 1999 году, то есть тринадцать лет спустя после их первого брака. Теперь его сыну было двенадцать лет. Так мой брат во второй раз попытался на том же фундаменте построить личную жизнь. До этого он перебивался случайными заработками и сидел подолгу на пособии по безработице, но тут взялся за ум и поступил на курсы программирования. Ещё не закончив их, он нашёл работу (курсы пришлось оставить) и с головой ушёл в свою новую профессию. Как рассказывал его товарищ, Вадик работал очень усердно и много, стал трудоголиком. Инна работала уборщицей (она по профессии – учительница музыки), сын учился. Жили они бедно, и мои родители помогали им, как и до этого помогали моему брату, когда он жил один, хотя сами в США жили на пособие по бедности. Мои родители смогли полететь в Израиль только в марте 2000 года, через месяц после смерти бабушки. До этого они были связаны заботой о старых материах и тем, что не могли покинуть страну, не рискуя своим иммиграционным статусом. Итак, только через девять лет после отъезда Вадика наши родители смогли увидеться с сыном. Вадик был на седьмом небе от счастья. Он не отходил от родителей и даже обиделся, когда они собирались поехать на экскурсию: «Вы же ко мне приехали, а не по экскурсиям ездить». Как вспоминали мои родители, они никогда не видели столько внимания и заботы со стороны сына, сколько в этот приезд.

21 ноября 2000 года наш отец попал под машину, когда переходил улицу вечером недалеко от дома. У него был перелом бедра, он перенёс операцию. Вадик часто звонил родителям, интересовался самочувствием отца.

Семейная жизнь иммигрантов – это суровое испытание на прочность уз, и многие иммиграントские семьи не выдерживают напора противоречий. У моего брата не было опыта семейной жизни, у Инны не было хозяйственного опыта, не хватало мудрости, желания уступить, пожалеть мужа, который горбатился на новой работе и пропадал там допоздна. У брата в доме не было своего угла, а тут ещё приехал брат Инны и они завели собаку. В семейных конфликтах сын Вадика принимал сторону матери: он жалел мать, с которой вырос, а отца своего знал совсем мало. Доходило до безобразных сцен, и дело приняло довольно страшный оборот. Инна, довольно суеверная особа, внушала моему брату, что он сам дьявол, а он решил, что она ведьма, и готов был её убить. По его собственному признанию, он бы и убил, если бы наша мать не вмешалась, когда приехала, и не помогла Вадику, успокоив его. На сына Вадика все эти скандалы, надо полагать, произвели самое отрицательное впечатление.

Ссоры с Инной привели к тому, что Вадик от неё ушел. Оказавшись один, мой брат впал в отчаяние и однажды, напившись, стал резать себе вены. В этот момент Вадику позвонил

школьный товарищ, врач-терапевт, который тоже жил в Израиле, и по разговору с моим братом понял, что дело неладно. Вадик сказал ему следующее: «Состоялся суд. Мне вынесен приговор. Я должен умереть». Друг тут же приехал к нему и повёз Вадика в психиатрическую лечебницу. (*Мы так и не узнали, какой ему поставили диагноз. Уже здесь, в Америке, после кончины Вадика один психиатр высказал предположение, что у Вадика в Израиле был приступ психоза.*) Затем товарищ брата позвонил в Нью-Йорк, и после разговора с ним мама полетела в Израиль. Это случилось в январе 2001 года, через два месяца после того, как отец попал под машину. Когда прилетела мама, брата уже выпустили из больницы, и он выглядел успокоенным. Маме он объяснил, что жить с Инной он больше не может и принял решение о разводе, а затем пошёл к адвокату. По моим подсчётам, второй брак моего брата с Инной продолжался от силы два года, а первый брак вообще был эфемерен: он у неё бывал наездами, и они нигде вместе не жили. В больнице Вадик виделся с психиатром и затем встретился пару раз с психологом. Пойти к другому психологу по направлению брат не захотел, так как ему было далеко ездить на встречи с ним. Мне он писал время от времени отчаянные письма, а я, не зная чем помочь, уговаривала его идти к психологу...

Тем временем я и мои родители делали всё, что только возможно, чтобы добиться его приезда в Америку. Нам казалось, что, если он будет рядом с нами, мы ему поможем и его жизнь изменится к лучшему. И вот, наконец, в сентябре 2001 года первым самолётом, который прилетел из Израиля после трагедии одиннадцатого сентября, прибыл мой брат, и я увидела его после десятилетней разлуки. Я расставалась с молодым, здоровым, красивым парнем, а передо мной был измученный человек средних лет, полусевший, со старой шеей (особенно больно было видеть его морщинистую шею). Он был какой-то жалкий, и было страшно больно за него. На следующий год он приехал к родителям «насовсем», оставив свою работу программиста.

Приехав в Нью-Йорк, Вадик стал жить с родителями. Они ему дали комнату, в которой раньше жила бабушка (она к тому времени умерла), папа купил компьютерный монитор, стол для компьютера, старался создать уют сыну. Компьютер Вадик привёз с собой: не хотел тратить лишние деньги. К моему удивлению, брат был какой-то озабоченный, нерадостный. Он хотел немедленно устроиться на работу и даже упрекал меня, что я ему не помогаю с поиском работы: он бы, мол, мне в Израиле вмиг нашёл работу, если бы мне понадобилось. Я давала советы, но от моих советов он тоже быстро устал и стал меня упрекать, зачем я ему советую. Вадик устроился работать к одному русскому бизнесмену и за небольшую плату выполнял у него работу программиста. Однако через какое-то время он не захотел удовлетворяться скромным заработком и потребовал прибавки. На том и расстались. Далее следовала череда случайных работ: то на фабрике по изготовлению коробок, то на складе в магазине электроники, то на бензоколонке, то на стройке... На некоторых работах он задерживался, но, проработав какое-то время, уходил, с других его увольняли. Трудно было понять логику его поступков и смысл этих метаний. Когда я ему что-то советовала (а я постоянно говорила с ним о его планах), то его это часто раздражало. Он отвечал: «Чего ты мне советуешь, я же тебе не советую, как жить». Он всё более от меня отдался. Сейчас я себя корю за эти советы: к чему разговоры о будущем, о какой-то старости, пенсии – нужно было просто найти путь к его душе, искать этот путь...

Тяжёлым ударом для всей нашей семьи оказалась внезапная кончина брата моей матери, моего дяди. Дядя Алик очень любил меня и Вадика. Приехав в Америку, он жил неподалеку от моих родителей, и Вадик часто с ним виделся. Незадолго до смерти дяди Алика они поругались. Дело в том, что Вадик сидел на пособии по безработице. То ли притворяясь, то ли на самом деле, но Вадик производил впечатление человека, довольного своим положением. Как я позднее поняла, он просто не мог долго работать на одном месте: психика не позволяла.

Таков, к несчастью, был вынужденный стиль его жизни. Мои родители переживали его неприкаянность и не могли скрыть разочарования, хотя с ним на эту тему почти не разговаривали. Дядя же взялся поучать племянника, они поспорили... Потом они помирились, но Вадик считал, что не должен был спорить с дядей, ведь у того было слабое сердце. 27 июля 2004 года мой дядя умер: пошёл купаться как-то утром на океан, а вынесли его на берег мёртвым. Для нас это было потрясением. Трагическая смерть любимого дяди оказала на Вадика очень глубокое воздействие. Вадик винил себя в его смерти, говоря: «Я потерял друга... Я виноват...»

Думаю, резкие слова, сказанные в пылу спора, занозой торчали в сердце Вадика. Дядя умер в день разрушения Иерусалимского храма (2) . Он был неверующий и, вероятно, если бы даже и знал, не придал бы значения запрету для евреев купаться в этот трагический день европейской истории. Он умер в море, и мы не знаем точной причины смерти, так как вдова и сестра отказались от вскрытия тела для выяснения причины смерти... Вадик был потрясён. Он стоял на берегу рядом с телом дяди, а затем побежал домой, чтобы укрыть его одеялом, хотя дядя это было уже не нужно. Боль утраты, чувство вины, я уверена, не давали ему покоя, хотя Вадик обычно не выражал свои чувства...

Этим же летом на Вадика напали на улице, когда он шёл устраиваться на работу. У него отобрали сумку с документами и деньги. Это было уже второе нападение на него: в первый раз на него напали на набережной в Бруклине и отобрали пустую сумку. Возможно, Вадик был сильно погружён в свои мысли и внушал бандитам уверенность, что будет лёгкой добычей.

Прошло лето, а положение с работой оставалось всё тем же. Брат сидел на пособии, искал работу по интернету, составлял компьютерную страницу для своей знакомой – поэтессы, живущей в Израиле. Меня он упрекнул, что мои страницы в интернете, которые он создал для меня, я не посещаю и над ними не работаю. Дело в том, что я почти всю свою сознательную жизнь пишу стихи, и Вадик хотел мне помочь с тем, чтобы моё творчество было представлено в интернете. Он попросил своего друга, живущего в Канаде, сделать графическое оформление сайта. Интернет-страницы получились очень красивыми, но у меня руки не доходили до пропаганды собственного творчества, так как я работала и была занята семьёй. Вадик мне писал: «Ты свой сайт не заполняешь, люди туда не ходят, а провайдер, который выделяет тебе место бесплатно, делает это в расчёте на то, что посетители твоего сайта воспользуются его рекламой. Если он увидит, что к тебе никто не ходит, он закроет твой сайт, в дальнейшем, если ты заинтересована, будешь искать себе другое место, либо платить». Вот так. Сухо, по-деловому. Он в то время говорил неэмоционально, без шуток, куда-то исчез-испарился его юмор. Вадик оказался прав: после его смерти, когда я через несколько месяцев попыталась выйти на свой сайт, он исчез. Исчез труд моего брата, но что это значит по сравнению с тем, что не стало самого Вадика!

Вадик ходил всё время удручённый, мрачный. Последний раз он был у меня дома на дне рождения моей средней дочки, Рахили. Он почти ни с кем не разговаривал и подолгу сидел у компьютера. Мой старый компьютер вышел из строя, и Вадик его восстановил. Когда он уходил, я сказала: «Какой ты молодец, компьютер починил», а он мне в ответ, что, мол, ничего особенного, это любая обезьяна сделать сможет. Я попыталась возражать, но чувствовала, что бесполезно, что он себя ни в грош не ставит.

Выше я писала о его внезапном интересе к рисованию, к которому он остыл, как только почувствовал, что что-то получается. Это были какие-то метания его измученной души. На День благодарения я и дети звали его к нам в гости, но не дозвались: он остался дома с родителями, и у всех троих настроение было совсем непраздничное.

Осенью Вадик познакомился по интернету с какой-то молодой женщиной. Он с ней

переписывался, а потом они встретились. У мамы он стал вдруг выспрашивать, что делают вначале: знакомят с родителями, а потом делают предложение или наоборот, на что мама ему резонно ответила, что вначале надо самим как следует познакомиться. При первой встрече Вадик новой знакомой понравился, но, когда они встретились во второй раз, его неуклюже-ёрнический тон отпугнул её, и она решила положить конец этому знакомству. Для Вадика это было ещё одним ударом по самолюбию. О самом последнем романе я узнала позднее, когда прочла электронную почту брата – уже после его гибели. Я написала этой женщине, назовем её Оля, о том, что произошло. Она была потрясена и позвонила мне. Она, оправдываясь, сказала, что на последней встрече Вадик вел себя «неадекватно», стал говорить, что если они поженятся, то десятую часть её заработка они будут отдавать на благотворительность, то есть он мысленно распоряжался тем, на что не имел никаких прав. Потом он ей просто довольно неуклюже предложил переспать, она отказалась, и так закончились их встречи. Думаю, мой брат не очень умел ухаживать за женщинами и довольно слабо разбирался в женской психологии, хотя женщинам нравился.

Вадик понимал, что сидит на иждивении у родителей, которые сами не располагают большим достатком, а делал вид, как будто не понимает этого, и то ли наивно, то ли шутовски спрашивал маму: «А что означает «встать на ноги?» Когда он приехал в Америку, то сказал матери: «Я уже старый», а ведь ему было едва за сорок. Как я теперь понимаю, он чувствовал своё бессилие и усталость.

Один мой знакомый работал с умственно отсталыми людьми, и я попросила его похлопотать за Вадика и устроить того на работу. Вадик пошёл на собеседование, но на работу его не взяли. Впоследствии я пыталась выяснить причину отказа, и мне сказали, что он не произвёл впечатление человека, готового следовать указаниям начальства. Вадику казалось, что он сумеет найти подход к этим умственным инвалидам, и отказ в работе болезненно переживал. Ещё одним ударом была безуспешная попытка устроиться на прежнее место работы, причём сделанная самым неуклюжим и заведомо безнадёжным образом: он просто поехал на фабрику к концу рабочего дня, а когда приехал, ему сказали, что там идёт сокращение рабочих мест. Возвращаясь в метро с бывшим сослуживцем, Вадик не проронил за всю дорогу ни слова... Родители не знали, где он и что с ним. Почему-то им представились картины, что сейчас принесут его одежду, что он утонул, как мамин брат. Когда Вадик пришёл домой, мать бросилась к нему: «Сыночек». Вадик расплакался и убежал в ванную комнату. Мать чувствовала, что с ним творится неладное, и стала уговаривать пойти к психиатру. Вадик было согласился...

На следующий день он сказал, что всё в порядке, что к врачу идти не надо, так как он успокоился. Незадолго до этого он говорил, что пора «снова надеть маску». Он её и надел, обманывая мать видимым спокойствием. Ни мама, ни я этого не поняли – и поверили ему... Как выяснилось потом, он пошёл в синагогу заказать кадиш (3) по дяде и на почту – отправить два моих поэтических сборника сыну в Харьков. (*Именно таким, косвенным, образом я узнала после его смерти, что Вадик гордился моим творчеством. Он никогда не хвалил моих стихов, только однажды помог их поместить в какой-то израильской газете.*) Итак, Вадик отказался от мобильного телефона, расторг свой контракт с телефонной компанией, выключил компьютер, который у него постоянно был включён. Всё это были знаки, понятные мне сейчас, но не тогда.

В день трагедии Вадик мало ел. Он готовился. Рано утром он заглянул в спальню к родителям и, когда отец ещё лежал в постели, подошёл к нему и стал его благодарить. Папа, сонный, пробормотал: «Что ты, что ты?» Вадик поцеловал ему руку. Отец настолько ничего не понял, что на расспросы мамы не смог ничего ей объяснить.

А ведь это он прощался... Но никто ничего не понял. Настолько мы были слепы. Настолько не готовы к постигшей нас трагедии...

Мама вечером заглянула в его комнату, принесла ему грейпфрутовый сок, а он ей внезапно: «Я тебе мешаю?» Этот вопрос был в духе его прежнего высказывания, тоже возникшего как бы ниоткуда: «Если я вам надоел, я уйду». Мама запротестовала: «Как ты, сын, можешь надоесть?» Ужас заключался в том, что он себе надоел, он устал от себя, но мы ничего тогда не понимали. А между тем он готовился к своему самому последнему шагу бегства в никуда и свободы от всех, а главным образом от себя самого. Он готовился, чтобы погибнуть наверняка, и прыгнул не на строительные конструкции под балконом, а с краю, так, что в земле образовалась выбоина – она ещё долго там оставалась.

Глава 3. Немного статистики

Мрачная статистика: данные Всемирной организации здравоохранения

Сразу оговоримся, что не будем обольщаться насчётом точности «самой точной из лжен наук», как некоторые именуют статистику. Статистические данные во многих странах мира занижены, так как довольно распространённой практикой является то, что многие действительные самоубийства считают просто несчастными случаями и регистрируются как таковые. Это делается иногда по незнанию, а иногда под влиянием того, что родственники или государственные организации не хотят смотреть в лицо правде. У родственников это может произойти из чувства стыда, у государственных организаций, особенно в странах, где привыкли приукрашивать и лакировать действительность, по стародавней привычке продолжать в том же духе.

Как утверждает Всемирная организация здравоохранения, в мире от самоубийств погибает больше людей, чем от войн и терроризма. В 2000 году около одного миллиона человек погибли от самоубийств, то есть шестнадцать человек на сто тысяч населения. Каждые сорок секунд добровольно обрывается чья-то жизнь.

За последние сорок пять лет уровень самоубийств вырос на шестьдесят процентов, и в настоящее время самоубийство является одной из трёх лидирующих причин смерти возрастной категории от пятнадцати до сорока четырёх лет. Цифры эти не включают многочисленных попыток самоубийств, которые двадцатикратно превышают количество самоубийств «завершённых».

Хотя традиционно большинство людей, покончивших с собой, – это мужчины среднего и пожилого возраста, число самоубийств среди молодых людей возросло до такой степени, что эта группа относится к самой высокой группе риска среди трети стран разного уровня экономического развития. Почти во всех странах мира наблюдается резкий рост числа самоубийств среди молодых людей, что внушает тревогу учёным, врачам и представителям медицинской общественности.

Всемирная организация здравоохранения делит все страны по показателю суицида на три группы:

1) Низкий уровень самоубийств (до десяти человек в год на сто тысяч населения): Ямайка (0.1), Барбадос (0.7), Армения (1.8), Гватемала (2.1), Парагвай (3.1), Албания (4.0), Узбекистан (5.5), Израиль (6.2), Панама (6.3), Республика Македония (6.8), Италия (7.1), Аргентина (8.7) и другие (данные за 2003 год).

2) Средний уровень самоубийств (от десяти до двадцати человек на сто тысяч населения): Люксембург (11.0), США (11.1), Исландия (11.2), Норвегия (11.6), Словакия (12.6), Чехия

(15.3), Польша (15.8), Швейцария (17.6), Франция (17.6), Гонконг (17.4) и другие (данные за 2005 год).

3) Высокий и очень высокий уровень самоубийств (свыше двадцати человек на сто тысяч населения): Белоруссия (36.8), Литва (31.85), Россия (31.7), Шри-Ланка (30.7), Казахстан (27.5), Венгрия (26.75), Япония (24.75), Украина (23.95), Гаяна (22.7).

Россия уже давно занимает прочную позицию в третьей группе с показателем 39.3 (для 2000 года), 39.7 (2001), 32 (2005), 30 (2006), 29 (2007) и 32 (2009), причём по числу самоубийств среди мужчин Россия делит второе место с Литвой. (4)

«Каждый год в России от суицида гибнет больше людей, чем в дорожно-транспортных происшествиях. [...] Так, в 2007 году вследствие самоубийств в стране погибло 41 329 человек – это население небольшого города», – сообщил Интерфаксу Б. Положий, руководитель Научного центра социальной и судебной психиатрии им. Сербского. (5) Россия и Литва лидируют и по числу самоубийств в странах Восточной Европы среди молодёжи от пятнадцати до двадцати четырёх лет, а также среди людей старше шестидесяти пяти лет. (6) Правда, эти данные относятся к 2000 году, и есть надежда, что цифры на сегодняшний день не выглядят так устрашающее.

Что говорит американская статистика

В среднем каждые шестнадцать минут кто-то кончает свою жизнь самоубийством. Каждые тридцать восемь секунд кто-то пытается покончить с собой. Эти цифры являются одной из причин, по которой написана эта книга. В 2006 году, согласно официальным данным, смерть 33 300 человек произошла в результате самоубийств. В числе причин смерти по стране самоубийство занимает одиннадцатое место, в том числе третье место как причина гибели молодых людей. В США на каждые два убийства в стране приходится три самоубийства, а число попыток самоубийства в десять – двадцать раз больше. Женщины в три раза чаще, чем мужчины, пытаются покончить с собой, но летальный исход у мужчин выше в 3.8 раза, чем у женщин. (7) Каждая смерть от самоубийства глубоко затрагивает около шести человек, то есть если каждые шестнадцать минут один человек погибает, то шесть душ остаются искалеченными этой смертью. Каждого шестьдесят пятого американца коснулась эта трагедия. Число таких людей возросло за один 2006 год на 199 800 человек.

По числу самоубийств «лидируют» белые мужчины – 19.8 %, затем идут остальные: американские индейцы – 12.3 %, не белые мужчины – 9.2 %, чернокожие мужчины – 8.8 %, белые женщины – 5.2 % и т. д.

По количеству самоубийств на первом месте люди от сорока пяти до пятидесяти четырёх лет, а затем – от тридцати пяти до сорока четырёх лет (*И тут мой брат почти «подпадает» под наиболее распространённую категорию.*) Самоубийство затрагивает все экономические, социальные, возрастные и этнические слои общества, причём люди, у которых погибли близкие, сами подпадают под категорию лиц повышенного риска.

Самый распространённый метод самоубийства – при помощи огнестрельного оружия, затем идут удушение и отравление. (8)

В США у женщин наиболее распространённый метод покончить с собой – отравление медикаментами, а у мужчин – огнестрельное оружие.

В 2005 году 16.9 % старшеклассников серьёзно рассматривали самоубийство как план в течение года, а 8.4 % совершили по крайней мере одну попытку самоубийства. Среди молодых людей от пятнадцати до двадцати четырёх лет в среднем совершается одно самоубийство на сто – две попытки самоубийства. **Число самоубийств у молодых людей от пятнадцати до**

двадцати четырёх лет за пятьдесят лет выросло на двести процентов. (9) Среди людей старше шестидесяти пяти лет приходится одно самоубийство на четыре попытки. Мужчины кончают с собой в четыре раза чаще, чем женщины, и 78.8 % всех самоубийств в США приходится на долю мужчин. Это восьмая по частоте причина смерти для мужчин и шестнадцатая – для женщин. (10)

Глава 4. Мифы о самоубийстве и блокированные психологические потребности

Авторы книги Suicide: An Essential Guide for Helping Professionals and Educators (11) «разоблачают» двенадцать мифов о самоубийстве, многие из которых не просто неверны, но и вредны.

Миф 1. Люди, которые говорят о самоубийстве, не совершают его . На самом деле около восьмидесяти процентов из тех, кто совершил самоубийство, говорил с кем-то о своих планах. Это мольба о помощи.

Миф 2 . Самоубийство происходит без предупреждения. Те, кто совершает самоубийство, часто предупреждают о своих намерениях, хотя не всегда напрямую. Они начинают говорить о смерти, приводят финансы в порядок, отдают то, чем прежде дорожили, теряют аппетит, очень много пьют или увеличивают потребление наркотиков, перестают общаться с теми, кто бы мог им помочь.

Мой брат вдруг сказал маме незадолго до трагедии: «А какая разница между жизнью и смертью?» Мама ему: «Вадик, что ты говоришь?» Он сказал ей, что между ними стена, что они находятся по разные стороны от этой стены, но мама ему ответила, что она простая женщина и не понимает, о чём он говорит... Незадолго до смерти брат отказался от мобильного телефона под предлогом финансовых соображений, заказал поминальную службу по дяде в синагоге, отослал сыну два моих стихотворных сборника, за два дня до смерти перестал подходить к компьютеру и очень мало ел.

Миф 3. Суицидальные натуры ищут смерти и хотят умереть и их невозможно остановить. Даже люди, находящиеся в состоянии глубокой депрессии, амбивалентны в отношении к смерти. Они не столько хотят умереть, сколько хотят окончить страдания. Немедленная практическая помощь может спасти человека.

Миф 4. Самоубийство связано с социально-экономическим статусом. Не существует данных для поддержания этой идеи. Самоубийство охватывает все слои общества.

Миф 5. Люди, которые совершают самоубийство, психически ненормальные, сумасшедшие, безумные. Около девяноста процентов взрослых, покончивших с собой, имеют или диагностированное психическое заболевание, или алкогольно-наркотическую зависимость. Тем не менее большинство психически больных людей не совершают и не пытаются совершить самоубийство, поэтому объяснять самоубийство только психическим заболеванием неправильно. Дело гораздо сложнее и включает в себя отсутствие механизмов, помогающих справиться со стрессом, приспособиться, ригидность мышления и т. п.

Я думаю, что данный так называемый миф сформулирован неточно: надо было сказать, что не все психически нездоровые люди кончают с собой, но большинство из тех, кто убивает себя, имеют психическое заболевание.

Миф 6. Люди, которые угрожают самоубийством, просто хотят привлечь к себе внимание. Надо принимать всерьёз любые попытки самоубийства. Лучше быть чрезмерно

бдительными, чем страдать после трагедии.

Миф 7. Большинство самоубийств происходит во время праздников или в зимние месяцы. На самом деле трагедии происходят круглый год, и их число даже слегка возрастает весной и в начале лета.

Миф 8. Суицидальные тенденции передаются по наследству генетическим путём. Пока что нет научных данных для подтверждения этого мнения, хотя психические заболевания и передаются по наследству. Дополнительным фактором риска является присутствие примера завершённого самоубийства в семье, когда поступок одного члена семьи побуждает других смотреть на прежде немыслимое как на приемлемый вариант поведения. Вспомним семью Эрнеста Хемингуэя: отец писателя Кларенс, сам писатель, его сестра Урсула и брат Лейкастер, его внучка Марго – все умерли, наложив на себя руки. Как отмечает К. Р. Джемисон, у тех, кто совершает самоубийство, в два или три раза больше вероятность присутствия самоубийц в их роду, чем у остального населения. (12)

Миф 9. Разговор о самоубийстве опасен, так как он подстегнёт или подаст мысль о самоубийстве. Исследования показывают, что если говорить об этом должным образом, риск самоубийства уменьшается, а не увеличивается. Никогда не следует шутить по этому поводу, взвеличивать подобный поступок или рассматривать как разумную альтернативу для кого бы то ни было. Разговоры о самоубийстве не являются причиной самоубийства.(13)

Миф 10. Если суицидальный кризис прошёл, то опасность миновала. Около десяти процентов тех, кто пытался покончить с собой, в конце концов приводят свой план в исполнение и чаще всего в течение первых трёх месяцев после кризиса. Есть теория, что, как только психическое состояние начинает улучшаться, у человека появляется энергия совершить задуманное.

Миф 11. Самоубийство безболезненно, если совершено «правильно». Это неправда. Многие суицидальные методы вовсе не «чистый и аккуратный» способ уйти из жизни, а часто приводят не только к смерти, но к страшным травмам, тяжёлой участи несчастного.

Миф 12. Хорошие люди не убивают себя, и самоубийство не происходит в хороших семьях. Этот миф калечит и уродует судьбы оставшихся в живых, а также искажает память о погибших. Конечно же, хорошие, добрые и любящие убивают себя. Акт самоубийства редко основан на желании причинить боль кому бы то ни было. Он чаще основан на желании избавиться от боли.

Мысль о первенствующем значении психологической боли принадлежит американскому учёному, одному из самых серьёзных и почитаемых исследователей суицида, Эдвину Шнейдману. (14) Он считает, что для предотвращения самоубийства надо не столько заниматься изучением структуры мозга, статистики или психических заболеваний, сколько человеческими эмоциями и неудовлетворёнными психологическими потребностями. Чтобы лечить суицидальную личность, надо в первую очередь идентифицировать, найти и уменьшить мучительную боль, попытаться найти пути к удовлетворению базовых психологических потребностей, обозначенных доктором Генри Мюррей. (15)

Потребность в достижениях , которая существует у каждого. На американском правительственном интернет-сайте Suicide Prevention Resource Center утверждается, что увеличение уровня безработицы прямым образом связано с ростом числа самоубийств.

Если говорить о моём брате, то Вадик, вероятно, очень стыдился того, что не достиг определённого экономического статуса, хотя и прикрывал эту боль бравадой и вопросами типа «что означает «стоять на ногах»?» Его психологическое состояние не давало ему возможности «привязать» себя к определённой службе, а он выставлял дело таким образом,

что данное положение его устраивало, и радовался пособию по безработице, хотя в душе, я думаю, стыдился, особенно перед родителями. Мама не скрывала, что рассстроена его неблагополучием, отец ходил мрачный, и Вадик всё это видел...

Потребность в принадлежности . Семья моего брата оказалась разрушенной: вторичный развод с женой, разлука с сыном. На то, чтобы завести новую семью, ему не хватало, как я понимаю, ни душевных сил, ни экономической независимости, хотя подходящие кандидатуры имелись, и были женщины, которые ему нравились. Его самые близкие друзья оказались в разных странах: России, Канаде, Израиле. Он то думал ехать к одному другу в Россию, утешать его после смерти матери, то к другому другу – в Канаду, но отказывался от этих мыслей, так как не имел ни сил, ни средств.

Потребность в автономии . И эта потребность у моего брата оказалась неудовлетворённой. В сорок лет он снова стал жить с родителями. Он, который рвался к самостоятельности буквально с пелёнок! Снять квартиру или отдельный угол ему не хватало средств, так как четвёртую часть своего грошового заработка отсыпал сыну на Украину. Находясь на пособии по бедности, он подал заявление на получение отдельной городской квартиры, но надо было ждать...

Потребность в самовыражении . Вадик развлекал моих детей, которые искренне были ему рады. Я же заводила с ним занудные разговоры о планах на будущее и давала непрошеные советы. Отца весёлость Вадика порою раздражала. Папа, будучи всю жизнь «добытчиком» для своей семьи, расценивал несерьёзность сына как безответственность, стыдился и страдал, и, думаю, Вадик это чувствовал...

Потребность в ненарушимости психологического пространства . Вадик был очень скрытым человеком в очень открытой семье. Это противоречие с самого детства приводило к конфликтам. Трудно было добиться, чтобы он сообщал, куда идёт, когда вернётся. Мои родители с детства волновались за его безопасность... Он мог часами сидеть в своей комнате: тихий интроверт в среде шумных экстравертов. Мы «лезли» к нему с вопросами и советами, а когда «отстали» – случилось непоправимое...

Потребность в том, чтобы быть любимым . У Вадика не складывались отношения с женщинами, и это его не могло не угнетать. Я уже писала о его неудачной попытке ухаживания и беседах о женитьбе незадолго до гибели. У Вадика, когда он приехал в Америку, был какое-то время роман с одной очень симпатичной молодой женщиной. Наш дядя (дядя Алик) познакомил Вадика с дочерью своего друга. У неё была дочь подросток. Вадику эта женщина явно нравилась, а мои девочки прозвали её «графиня Вишненка» за тёмные глаза и тёмные вьющиеся волосы. Она работала в госпитале, производила впечатление интеллигентного человека, и мы все были бы очень довольны, если бы у Вадика сложились с ней серьёзные и прочные отношения. Но Вадик оставил её через некоторое время: тот факт, что его с ней познакомил дядя, каким-то образом связывал его, обязывал – в общем, мешал. Я думаю, развал собственной семьи тяжёлым камнем давил на совесть брата и не давал ему покоя. Что касается нас, то не думаю, что Вадик придавал особое значение нашим чувствам. Уж слишком он был погружён в себя, как будто не замечал мать, которая старалась во всём ему угодить, не потревожить. Перед тем, как это свершилось, она ему постелила «весёленькое» (цветное, с узорами) новое постельное бельё. Эти знаки любви (через еду, уход, заботу) проходили как будто мимо него, уходили в пустоту... За несколько дней до трагедии, в День благодарения, я его настойчиво приглашала прийти, девочки его ждали, но ему уже было не до нас...

Глава 5. Факторы риска

1. Диагностированное психическое заболевание, включая депрессию.

Исследования показывают, что у девяноста процентов самоубийц существует психическое заболевание. (16) , и из этих причин наиболее частая – депрессия. По другим данным, эти цифры даже выше и приближаются к девяноста пяти процентам. (17)

Хотя только небольшой процент людей, страдающих психическими проблемами, пытается себя убить или убивает себя, подавляющее большинство самоубийц – больные люди. В основном эксперты сходятся в том, что из всех людей, убивших себя, у тридцати процентов наблюдается депрессия в чистом виде, тридцать процентов страдают депрессией в сочетании с алкоголизмом и / или наркоманией (что в целом составляет шестьдесят процентов), а остальные сорок процентов кончают с собой под влиянием других факторов. То есть, грубо говоря, две трети людей, покончивших с собой, находились перед этим в состоянии депрессии. Конечно же, далеко не все люди, страдающие депрессией, кончают с собой. Только семь из сотни мужчин и одна из сотни женщин. (18)

Мать одного из молодых людей, покончивших с собой, писала: «Мы ничего не знали о клинической депрессии. Из-за ограниченного рынка работ, связанного с сочинительством (молодой человек получил филологическое образование. – *Прим. автора*), мы думали, что депрессия сына вызвана тем, что он не мог найти работу по специальности. Как страшно мы недооценивали умственную пытку, которую он претерпевал. Как глубоко я сожалею о своём невежестве и бездействии, чтобы ему помочь. Я больше не смотрю на смерть как на рациональный выбор, но как на ужасный результат неослабевающей клинической депрессии, которая блокировала его мышление и в конечном счёте привела к смерти». (19)

Когда врач, приехавший освидетельствовать смерть моего брата, спросил меня, почему он покончил с собой, у меня вылетело: «Депрессия». Знала ли я о депрессии? Знала. Понимала ли я, что мой брат хронически страдает депрессией? Нет, я знала очень мало об этом, я не думала, что могу, имею право кого-либо диагностировать. Я понимала, что ему нужна помочь профессионального психолога или психиатра, но когда я заводила об этом разговор, то брат мне отвечал: «Иди сама к психологу», или: «Зачем ты мне советуешь? Я же не советую тебе, как жить». Мы никогда не говорили с братом о самоубийстве и не расспрашивали его, что он пытался сделать в Израиле. Нам просто не приходило в голову, что он может совершить подобное, приехав в нам, живя рядом с нами.

Так что же такое «депрессия»?

Вот что написано в брошюре, опубликованной National Institute of Mental Health США: «Заболевание депрессией – это болезнь, которая вовлекает тело, настроение и мысли. Она влияет на то, как человек ест и спит, на его самооценку и взгляд на мир. Депрессивное заболевание – это не то же самое, что преходящее плохое настроение. Это не признак персональной слабости или состояние, от которого можно избавиться по собственной воле. Люди, заболевшие депрессией, не могут просто «постараться изо всех сил» и почувствовать себя лучше. Без лечения симптомы могут длиться неделями, месяцами или годами». (20)

National Mental Health Organization США определяет депрессию как медицинское состояние, которое вызывает продолжительные периоды печали наряду с чувством безнадёжности и иногда глубокой эмоциональной боли. Болезнь может затронуть людей любого возраста безотносительно к полу, расе или материальному положению. Заболевание может быть вызвано целым комплексом причин: от химического дисбаланса в мозгу, генетической предрасположенности и злоупотребления алкоголем и наркотиками до телесных

заболеваний и травматичных жизненных событий. Более девятнадцати миллионов американцев (9.5 % населения) страдают депрессией, причём многие из них не диагностированы и не лечат своё заболевание.

Термин «депрессия» предложен был Адольфом Мейером, психиатром, работавшим в американском университете Джона Хопкинса, и, как полагал писатель Уильям Стайрон, термин этот очень неадекватен, поскольку депрессия скорее напоминает шторм, бурю, разыгрывающуюся в сознании человека. Никто не в состоянии с точностью определить причины этой бури, поскольку она может быть сложным взаимодействием различных факторов, таких, как биохимия мозга, генетика, внешние и внутренние факторы, поэтому бессмысленно всё сводить к какой-либо одной причине, как и в том случае, когда мы говорим о самоубийстве. (21)

В настоящее время приблизительно шесть миллионов мужчин США больны депрессией. Обычно мужчины или обращаются к алкоголю и наркотикам, или уходят в работу, или раздражаются, сердятся, дерутся, пускаются во все тяжкие, то есть в рискованное поведение с трагическим концом. (22) Мужчины гораздо реже, чем женщины, обращаются за помощью к близким, друзьям или психологам. Сказываются навязанные обществом стереотипы мужского поведения. *Я думаю, что у моего брата тоже были свои стереотипы поведения типичного мужчины и он просто органически не мог пожаловаться и попросить о помощи своих родных или посторонних людей. Как тут не воскликнуть ещё раз «если бы»?!*

По статистике, женщины испытывают депрессию в два раза чаще, чем мужчины. В настоящее время двенадцать миллионов американок больны депрессией. (23) Особенno угрожающую форму депрессия принимает у стариков мужчин, резко возрастаая после семидесяти и достигая пика после восьмидесяти пяти лет. В последнее время более серьёзное внимание стали уделять депрессии у детей. Раньше это заболевание часто проглядывали, относя к трудностям переходного возраста.

Те, кто заболел депрессией хоть однажды, имеют шанс заболеть ею повторно. «От 10 % до 25 % женщин и от 5 % до 12 % мужчин рискуют заболеть депрессией в течение жизни. По крайней мере у 60 % людей, переживших тяжёлое заболевание депрессией, можно ожидать рецидив. Те, кто имел два эпизода, имеют 70 % вероятности заболеть в третий раз, а те, кто имел три эпизода, – 90 % вероятности заболеть в четвёртый раз». (24)

Каковы симптомы депрессии?

- Изменения в настроении: частые настроения постоянной печали, беспокойства или ощущение «пустоты», чувство безнадёжности, пессимизм, беспокойство, раздражительность, даже плаксивость.
- Изменения в самовосприятии: чувство вины, собственной ничтожности, неадекватности, беспомощности.
- Отсутствие или резкое снижение чувства удовольствия: потеря интереса или наслаждения от хобби и занятий, которые ранее доставляли наслаждение, включая секс.
- Изменения в уровне физической активности: пониженная энергия, замедленная реакция, усталость, чувство заторможенности или, наоборот, неуёмное перевозбуждение и беспокойство.
- Трудности с концентрацией, памятью, принятием решений.
- Перемены в режиме сна: бессонница, беспорядочные часы сна или чрезмерно долгий сон.
- Перемены в режиме питания: значительная потеря в весе без соблюдения особой диеты или переедание и прибавка в весе.
- Ощущение отсутствия перспективы: мысли о безнадёжности, смерти или самоубийстве,

попытки самоубийства.

Перечисленные признаки могут сопровождаться физическими симптомами, которые не поддаются лечению: например, головные боли, проблемы с пищеварением или хроническая боль.

Американская Психиатрическая Ассоциация считает, что для диагноза депрессии по крайней мере пять из вышеперечисленных признаков должны присутствовать в течение двухнедельного периода и быть чем-то новым по сравнению с предыдущим состоянием.

Брат мой уже давно ходил «как в воду опущенный», хотя временами напускал на себя беззаботный вид. Он был не из болтливых, и трудно было проникнуть в его настроение. Мой муж давно мне говорил, что шурин ходит, словно у него какая-то тайна: так ходят люди, скрывающие или большой долг, или пагубные пристрастия. Но о самой роковой тайне моего брата никому не было дано догадаться...

Теперь, восстанавливая драгоценные крупицы его жизни, вспоминаем, как он жаловался маме на то, что он уже старый (в сорок лет, когда он только что приехал из Израиля), что он «старый, больной человек» (его дежурная шутка, а теперь я думаю – признание). Он говорил, что сам во всём виноват, но не уточнял, в чём именно.

Он просыпался ещё затмно и мог отправиться на прогулку или спал до двенадцати часов дня, он набрал вес, бездумно жуя конфеты, семечки – всё, что попадало под руку, пока мама не стала его ограничивать. Мы не знали, о чём он сосредоточенно думает, пощипывая свои губы и уставившись в одну точку. Были ли это мысли о самоубийстве? Авантурные планы? То, что он уже пытался совершить самоубийство, служило почти гаранцией новых попыток, но мы об этом не знали. Мы «засчитывали» только одну попытку: ту, когда он резал себе вены в Израиле, но его спускание с пятого или третьего этажа на верёвке? Его драки? Его пьянство? Всё это было симптомами суициального поведения, хотя этот термин закрепился у меня в голове намного позже. Когда моего брата не стало.

Он страшно засуетился, когда понял, что срок пособия по безработице истекает и ему надо срочно что-то предпринять. Да, у него усилилась раздражительность. Его раздражало многое в моей семье, его раздражала материнская забота, мои советы. Его волнение и взбудораженность, которые мы ощущали, не зная, что это признаки грозящей беды, мы сполна прочувствовали до его кончины...

Ему было трудно принять какое-либо решение, что свойственно многим людям и не является признаком какого-либо заболевания; иногда он не мог принять решения по сущим пустякам и колебался. Так, он советовался со мной из Израиля, что сказать соседу по поводу ремонта собственной машины, как будто я издалека могла лучше понять ситуацию, чем он. Что касается трудностей с концентрацией внимания, то незадолго до гибели, когда я ему советовала заполнить анкету для какого-то учреждения, чтобы они помогли ему с поиском работы, он оборвал телефонный разговор, сказав, что он в таком состоянии, что не может даже анкету заполнить. Я встревожилась и решила «отстать» от него, чем и поделилась с мамой. Мы не хотели ему надоедать...

Особый риск в отношении самоубийств представляют больные депрессией, которые:

- Ощущают безнадёжность.
- Подвержены вспышкам гнева, ищут отмщения.
- Ведут себя безрассудным образом и рискованно.
- Чувствуют, что они попали в западню, что у них нет выхода.
- Увеличивают употребление алкоголя или наркотиков.
- Находятся в изоляции от друзей, семьи, общества.
- Ощущают волнение, взбудораженность, неспособность спать или, наоборот, всё время

спят.

- Испытывают резкие перемены настроения.
- Выражают мысли о бессмысленности жизни и отсутствии цели.

Но вернёмся к разговору о депрессии. Как уже было сказано, это не просто плохое настроение, но болезнь. Нервные клетки производят нейропередатчики (нейромедиаторы) мозга, но при стрессе или перерасходе энергии уровень потребления нейропередатчиков уменьшается. По данным современной науки, существует прямая связь между уровнем содержания в мозгу химических веществ-нейромедиаторов, или нейропередатчиков. Многочисленными исследованиями доказана связь уровня содержания серотонина в мозгу с депрессией: недостаток серотонина ведёт к депрессии, а увеличение содержания его с помощью лекарств позволяет лечить это заболевание, хотя, как и всё в медицине, не является панацеей и гарантией успешного лечения. Уменьшенное содержание серотонина было найдено в мозговых тканях самоубийц и в спинном мозге тех, кто пытался покончить с собой. Новое исследование международной группы учёных лаборатории молекулярной и клеточной неврологии при Университете Рокфеллера показывает связь определённого гена p11 с уровнем передачи серотонина в крови. Учёные полагают, что этот ген может играть ключевую роль в подверженности депрессии. (25) Это исследование было поддержано Народной службой здравоохранения США и Исследовательским советом Швеции.

Происходит химический дисбаланс в мозгу, и без медикаментов (антидепрессантов) тут не обойтись. Расхожие и невежественные представления чуть ли не уравнивают антидепрессанты и наркотики. Люди опасаются того, что у них может сформироваться зависимость от лекарств и что эти лекарства заставят их измениться и превратиться в кого-то другого. Это совершенно неверно. Лекарства не являются панацеей, но они необходимы в сочетании с психотерапией, физическими упражнениями, витаминами и рыбным жиром, прогулками днём при солнечном свете, то есть с целым комплексом мер. Однако коварство депрессии заключается в том, что нельзя быть успокоенными насчёт полного выздоровления больного. Напрасно рассчитывать, что залеченная депрессия никогда не вернётся (об этом уже писалось выше).

Депрессия – это психосоматическое заболевание, и, как все медицинские состояния, депрессия затрагивает всего человека в совокупности с эмоциональным, душевным, духовным и физическим содержанием. Иногда депрессию путают со скорбью и болью утраты. Человек может горевать месяцами о потере близкого человека, но это ещё не означает, что он находится в депрессии. И наоборот, с внешней стороны может всё быть благополучно, а человек заболевает депрессией... Она не происходит по вине самого человека и не является следствием его собственного выбора. Некоторые думают, что депрессия – это способ привлечь к себе внимание или проявление эгоизма. Жестокое заблуждение! Религиозность здесь ни при чём: болеют депрессией и священники, и прихожане, и, возможно, святые. Есть даже мнение, что Апостол Павел болел депрессией, и по ряду признаков приступы депрессии были свойственны Матери Терезе. Депрессия поражает не только людей в развитых индустриальных странах. Просто в этих странах повышенное внимание к психическому здоровью человека, лучшее медицинское обслуживание и более точные статистические данные. Депрессия затрагивает всех, от мала до велика. Заболевшие депрессией люди могут ходить на работу и внешне не отличаться от здоровых, но это не означает, что с ними всё в порядке. Это болезнь, и заболевшие нуждаются в помощи точно так же, как все больные. «Когда человек чем-либо заболевает, он заболевает весь целиком. Депрессия, как астма и диабет, не нуждается в «причине», чтобы случиться, – она просто приходит. Депрессия – это болезнь». (26)

Хотя улучшение бывает заметно часто в первые недели, для полного эффекта необходимо

принимать антидепрессанты от трёх-четырёх и до девяти недель. Опасно бросать эти лекарства: всё надо делать по предписанию психиатра. Некоторым людям необходимо принимать эти лекарства долгое время, если не постоянно. Люди иногда отказываются от лекарств из-за стыда, страха и побочных эффектов (поноса, например). У некоторых пациентов, находящихся в очень тяжёлой фазе заболевания, антидепрессанты повышают риск самоубийства. Это происходит, думают учёные, возможно потому, что у тяжело больных нет сил на то, чтобы что-то предпринять, а лекарства возвращают им энергию и позволяют довести свой план до конца.

Смертельно опасно принимать алкоголь в сочетании с антидепрессантами. Если депрессия – не единственное психическое отклонение у заболевшего (например, присутствует и шизофрения), то могут и должны быть предписаны и другие медикаменты. Бывают случаи, когда антидепрессанты не срабатывают, и тогда на помощь приходит электрошоковая терапия, которая печально известна по фильму «Пролетая над гнездом кукушки». Фильм этот наделал в своё время много шума, и под давлением общественного мнения в Америке электрошоковая, или электроконвульсивная, терапия утратила популярность как метод. Тем не менее исследователи продолжали работать над её совершенствованием, и сейчас этот метод стал более точен и эффективен, побочные явления сводятся к минимуму. Известно, что электрошоковая терапия повышает уровень нейропередатчиков мозга и стимулирует рост нервных клеток на участках, затронутых депрессией. Эта терапия существует как крайний метод, и её применяют почти в безвыходных случаях. Так, например, одна тяжело больная женщина билась головой о стены и только электроконвульсивная терапия помогла вывести её из этого состояния. Электроконвульсивная терапия также эффективна в лечении суицидальных больных. Пациентов усыпляют с помощью снотворного, вводят препарат, парализующий мускулы при конвульсии. Подается на одну секунду электрический разряд через электроды, прикреплённые к черепу. Всё это время пациент спит, а за его жизненными функциями врачи наблюдают через препараты. Для улучшения безопасности пациенту подаётся кислород. Тридцать секунд продолжаются невидимые никому конвульсии. Затем пациент просыпается, чувствуя себя, как под влиянием снотворного. Около пяти процентов пациентов могут испытать серьёзную потерю памяти. В основном же наблюдается потеря памяти на короткий промежуток времени и ухудшенная память в течение последующего месяца.

Депрессия может случиться один раз в жизни, она может повторяться время от времени или может стать хроническим заболеванием. Она может проявляться в мягкой, умеренной или суворой форме. Наиболее серьёзная форма депрессии – это когда способности человека к обычной рутинной жизнедеятельности очень сильно уменьшены: он не может заставить себя вылезти из постели, постоянно плачет и не способен концентрироваться в беседе.

Депрессия может быть вызвана целым рядом причин. Внешние причины (потеря близкого человека, предательство, потеря работы, финансовые проблемы) важны так же, как и физические, внутренние (хирургическая операция, физическая травма, сердечный приступ, болезнь Альцгеймера, рождение ребёнка, инсульт и др.). Некоторые люди генетически предрасположены к депрессии. «Неизвестно, что чему предшествует: депрессия или химические изменения в мозгу. Одни думают, что определённые люди имеют генетическую предрасположенность к химическому дисбалансу, но он приходит в действие только под влиянием определённых факторов в окружении. Другие считают, что депрессия первична, что она изменяет химический состав мозга и что генетическая предрасположенность ни при чём. Известно, что такого рода химические изменения происходят у людей, пострадавших от стресса или травмы». (27) Вопрос остаётся спорным, и я не берусь судить, кто прав в этом споре. Коварство депрессии заключается в том, что она может «скрутить» человека без явных внешних или внутренних причин. В приложении к своей работе я привожу перевод известного

стихотворения американского поэта Э. А. Робинзона «Ричард Кори». Самоубийство героя, внешне благополучного в глазах остальных, остаётся полной загадкой для них и для читателей, недоумевающих, почему процветающий герой, предмет для подражания и восторга, вдруг решился на страшный шаг.

Человек может заболеть при самых радужных, на первый взгляд, обстоятельствах. Серьёзный физический недуг и злоупотребление алкоголем и наркотиками усугубляют заболевание.

Что испытывают люди, находящиеся в состоянии депрессии?

«Чувство отчаяния, горя».

«Ощущение непоправимости жизни».

«Если бы кто-нибудь дотронулся до меня, я бы задрожал, как стекло: я хочу, чтобы меня касались, но не могу пойти на такой риск».

«Я не помню, кто я, что мне удаётся, что во мне такого, чтобы любить, что мне доставляло удовольствие – всё ушло, погребено где-то. Я не могу это найти, я не знаю, где искать, и у меня нет энергии – какой смысл?»

«Не в состоянии выносить мысли о том, что боль продлится ещё».

«Полностью без энергии, не в состоянии ничего решать, думать, двигаться, видеть, слышать».

«Мёртв. Уже умер. Здесь пустота. Это не моё тело, то, что ходит и говорит. Я не в нём. Я не существую. Почему остальные этого не видят? Они не хотят видеть». (28)

Вот письма, которые Вадик прислал мне по электронной почте во время обострения своего душевного кризиса в Израиле. Они были написаны уже после его попытки самоубийства в Израиле и после того, как мама уехала. Он тогда уже ушёл из семьи и жил один. Это отчаянные крики о помощи, сигнал SOS с тонущего судна. В них и безнадёжность, и чувство вины, и беспомощность – все классические признаки депрессии. Вероятно, те же чувства он испытывал и через три года – перед тем, как уйти из жизни. Только на этот раз он ни с кем не делился…

22 апреля 2001 г. 6:17 утра

Я хуже Инны. Инна любит своих родителей и брата, а я, получается, не люблю. Если бы любил, не мучился. Хуже всех своих товарищей. Они все для кого-то живут. А я всегда жил и продолжаю только для себя самого. Если бы это было не так, то я бы это не писал и не ходил бы в депрессии. Я трус, ты правильно в детстве говорила мне это. А Беэр-Шева была доктор. Инна тоже, наверное, была доктор. А я её предал, как предавал всех всегда. Простите меня. Я ищу силы держаться, но совесть бьёт и бьёт. Я недостоин такой хорошей семьи, недостоин жить в Америке. Ничего недостоин. Не бойся, я держусь, но уже из последних сил.

22 апреля 2001 г. 6:30 утра

Я больше всего перед родителями своими и всем родом виновен – и перед мёртвыми, и перед живыми. И перед Инной, и перед сыном, и перед всем миром. И перед детьми твоими, и перед Рафиком. Я сам загнал себя в угол, как крыса, и не вырваться из него. И помочь не придёт ниоткуда. Сам себе не могу помочь – значит, никто не поможет. Ни психолог, ни раввин. Не только свою жизнь калечу, но и окружающих своих.

22 апреля 2001 г. 6:36 утра

Психолог, гадалка, раввин могут успокоить, а меня – нет, потому сам вижу свою черноту.

22 апреля 2001 г. 6:38 утра

Почему не уехал из Беэр-Шевы и сидел там столько лет? Из трусости. Там и сгнил. Мог выздороветь, но упал низко.

22 апреля 2001 г. 7:00 утра

Мама! Вместе мы всё сможем решить, всё выдержим. Приезжай ко мне. Будем жить вместе. Это всё неправда. Не заслужил я этого.

22 апреля 2001 г. 7:12 утра

Прости меня, Лиля! Не читай всё это. Порви и выкинь, не показывай родителям. Я сам справлюсь.

22 апреля 2001 г. 8:25 утра

Плохо менять свои убеждения. Воспитывай дочек так, чтобы они потом их не меняли. Страшная ночь вокруг. Там далеко только огонёк, и не видно, где он горит. Просто я пишу. Не обращай внимания. Я как бы с тобой разговариваю. Без этого только со своими мыслями. А ни с кем больше права у меня нет. Отнеси фото к экстрасенсу, если знаешь кого. Я всех боюсь и никому не верю.

22 апреля 2001 г. 8:27 утра

Лиля, это всё пройдёт, пройдёт. Как плохо, что столько лет я был один и говорил сам с собой, а потом изменился и стал уродом. И был уродом, мог исправиться, но не сумел преодолеть трусость. Покажи как-нибудь экстрасенсу наши семейные фото. Как себе я надоел. Отравился своей персоной. Ужас. Как к людям идти, если я такой ужасный. Пальцы пишут.

22 апреля 2001 г. 9:33 утра

Извини, что так мучаю тебя. Мне очень стыдно. Это эгоизм – всё время привлекать к себе внимание. Чёрная душа у меня.

22 апреля 2001 10:12 утра

Не говори родителям, что тебе я пишу. Ты не придавай этому значения. Оно само собой выходит. Просто я твои стихи иногда читаю и пишу. Что-то сегодня не могу работать. Раньше всегда после субботы мог, только в субботу было тяжело. А сейчас не могу. Как перестать всего бояться и принимать какие-то решения? Комплементарная логика очень этому мешает. Я смотрю часто наши старые фото. Все такие хорошие и добрые, а я один злой, неискренний и лживый. Как научиться радоваться жизни снова и не мучать всех своим жалким существованием?

23 апреля 2001 г. 12:33 ночи

Лиля, не обращай внимания на письма. У меня всё хорошо. У этой истории ещё грань. Инна водила своего брата к ясновидящей, чтобы избавить от любви к девушке, которую она считала ведьмой. Та его расколодовала, и по законам воздаяния Инна разрушила свою семью. Может, и так. И кто я такой, лишь тля ничтожная, чтобы рассуждать о промыслах Всевышнего. Знаю лишь вину свою.

23 апреля 2001 г. 2:32 ночи

Инна прокляла мою программу. Начиная с января не могу её написать.

23 апреля 2001 г. 3:26 ночи

Это всё длинная история, так закрученная, что уже не раскрутить. Чок-чок волчок. Не даёт мне писать. Простые вещи не идут. Вот так.

23 апреля 2001 г. 5:03 утра

Пиши, Лиля, пожалуйста. Не обращай внимания на мои письма. Не волнуйся.

23 апреля 2001 г. 6:06 утра

Лиля! Не говори, пожалуйста, маме, про что я тебе пишу. Её сердце может не выдержать. Она очень любит меня. Брак наш был свыше. Сгубили его мы оба, себя виню больше. Я не знал женщин, отвык от людей. В руках у меня много лет был меч войны со всем миром, а сердце было пустое. На операцию Инна шла, желая себе смерти. А я, даже будучи согласен отдать ей жизнь, на вопрос, согласен ли жить с ней, предпочёл смерть для нас обоих, в руках моих опять был меч. До операции вылилось её отношение ко мне в истории с братом, которого она любит животной материнской любовью, это я сейчас понял, а я написал безумные откровения про свою связь в Москве больше потому, что она меня замучила с этой историей. А потом всё уже не зависело от нас и шло как по накатанной, слова, люди, события. Теперь уже ничего изменить нельзя. Это поняла и ясновидящая. Не считай меня сумасшедшим. Реальность, в которой мы живём, не всем дано видеть, и это очень хорошо. Много знания – много печали. Это длинная грустная история. За меня не волнуйся. Я выдержу. Вернуться не смогу. Не говори маме и отцу.

23 апреля 2001 г. 6:12 утра

Странно устроен мир. У меня любовей и на одной руке пальцев хватит сосчитать, а от них переломы: 2 руки, нога, зуб, челюсть, что ешё – не помню. Душа, вот ешё, сердце вырвано. Не говори маме, всё равно нет обратной дороги.

23 апреля 2001 г. 9:03 утра

Лиля! Не пугайся, что я пишу эти рассуждения вслух. У меня всё нормально. Целую. Вадик.

23 апреля 2001 г. 9:45 утра

Лиля! Почему ты меня гонишь к психиатру? У меня ведь нет людей, с кем говорить, а я пишу тебе. А ты со мной не разговариваешь, а гонишь к какому-то психиатру. Я не хочу с ним говорить, он мне чужой человек. Если не хочешь, я не буду тебе писать, но у меня больше нет никого, с кем могу открыто говорить. Вадик.

Вот письмо, пришедшее обычной почтой и написанное в те же дни.

22 апреля

Здравствуй, дорогая мама! Правильно всё ты пишешь. Только неправильно, что это ты помогла мне принять решение. Не бери на себя это. Это я сам в больнице во время операции так решил, а остальное только было следствием, за что и плачу (Вадик имел в виду решение о разводе с Инной. – Прим. автора). И задним числом уже вижу свои ошибки и темноту. Ты мне вытерпеть помогаешь, чувствовать свою нужность. Сейчас знаю, как из той ситуации можно было достойно выйти, но поздно, конечно. И корни всей этой истории глубоко уходят, кривые они и больные. Поэтому

и доверия нет. А восстановить его здесь не получилось, каждый опять тянул всё на себя. А что не на себя, вероятно, тоже было половинчатым и с оглядкой. Очень всё это грустно. Но ничего. Надо как-то вытерпеть. Писал как-то Лиле, что, может, уеду на время из Израиля. Она сильно возражает. Не надо, прошу вас, на меня в этом давить. Слушаешь твой голос и голос своей совести, решать всё равно надо самому. Даже после того, как оторвавшись от земли, я столько лет поступал в зависимости от того, куда ветер подует. Не грусти, всё образуется и будет хорошо. Целую, Вадик.

Вот фото, сосед сделал.

Всех вас очень люблю.

Меня настолько поразили тогда эти письма, что я их распечатала и решила сохранить, уж не знаю, с какой целью, наверное, чутьё историка подсказало. Если бы у меня была подруга-психолог, то я непременно пошла бы к ней с этими письмами, а записаться на приём без самого «пациента» мне не пришло в голову. Можете себе представить, каково мне было читать эти лихорадочные излияния и знать, что я нахожусь за тридевять земель и ничем не могу ему помочь. Можете себе представить, каково мне перечитывать эти послания сейчас...

Вообще, у меня, да и у родителей всегда было страшное предчувствие, что мы можем потерять Вадика: тюрьма, поножовщина, террористический акт в Израиле, да мало ли какой ужас? Самоубийство не входило в число «страхов», так как ни я, ни мои родители не подозревали, что у тех людей, у кого уже была попытка самоубийства, высока вероятность повторения подобных попыток и чем больше было попыток, тем выше вероятность. Мы не могли связать воедино узлы той загадки, которую представлял для нас Вадик, мы не видели во многих эпизодах его жизни теперь очевидную для меня линию суициального поведения. Мой дядя Алик только говорил время от времени, что мы Вадика «не понимаем», но, когда попытался с ним объясниться, это ни к чему не привело. Я писала об этом, поэтому не буду повторяться.

Известный американский писатель Уильям Стайрон, переживший депрессию и бывший на грани самоубийства, писал: «Из множества ужасных проявлений болезни, физических и психологических, чувство ненависти к себе или, не так категорично, крушение чувства самоуважения – один из наиболее распространённых симптомов...» (29)

Чувство боли при депрессии, как свидетельствуют многие, не поддаётся описанию. У. Стайрон пишет: «...такая непостижимость обычно происходила не из-за отсутствия симпатии, но из-за коренной неспособности здоровых людей представить форму пытки, чуждую повседневному опыту. Для меня эта боль наиболее тесно связана с чувством, когда тонешь или задыхаешься, но даже эти образы не точны. Уильям Джеймс, который долгие годы боролся с депрессией, сдался в поисках её адекватного изображения, подразумевая почти невозможность оного, когда он писал в «Разнообразиях религиозного опыта» (The Varieties of Religious Experience): «Это действенная и активная боль, сорт психической невралгии, совершенно неизвестный нормальному существованию». (30)

Небольшая книга У. Стайрона уникальна тем, что страдания человека, погружённого в депрессию, описаны языком талантливого писателя.

Общество в основном не понимает, каково состояние людей, решившихся на самоубийство в состоянии депрессии. Уильяма Стайрона неприятно резануло, как публика отреагировала на самоубийство Примо Леви, замечательного итальянского писателя, пережившего Холокост в Освенциме и покончившего с собой в мирное время. Правда, надо сказать, что не всеми признаётся то, что Примо Леви покончил с собой, и до сих пор существуют разногласия на этот счёт. Но в то время, как он умер, версия о его самоубийстве была распространена, и многие недоумевали, как мог человек, мужеством и стойкостью

которого так безмерно восхищались, вдруг обнаружить такую слабость характера! Между тем, как утверждает У. Стайрон и как подтверждает статистика, депрессия может случиться с каждым.

Уильям Стайрон писал: «Нет никакого сомнения, что депрессия в своей экстремальной форме – это сумасшествие. Это сумасшествие является результатом отклонившегося от нормы биохимического процесса. Было установлено довольно определённо (после сильного сопротивления со стороны многих психиатров и не так давно), что это сумасшествие вызвано химией нейромедиаторов мозга, вероятно, как результат систематического стресса, который по неизвестным причинам вызывает уменьшение химических веществ нореpineфрина и серотонина и увеличение гормона, кортизола. При всём этом «перевороте» в тканях мозга, нехватках и истощении химических ресурсов неудивительно, что человек начинает чувствовать себя удрученным, подверженным удару, и замутнённые мыслительные процессы начинают фиксировать буквально конвульсии мозга. Иногда, хотя и не очень часто, такое больное сознание будет склоняться к насильтвенным действиям в отношении других. Но, так как у людей с депрессией сознание большей частью обращено на них самих, эти люди становятся опасны только для себя. Безумие депрессии, вообще говоря, противоположно насилию. Это буря, но буря во мраке. Вскоре становятся очевидны замедленные реакции, почти паралич психической энергии, сжатой почти до нуля. В конце концов, тело чувствует на себе этот эффект и ощущает себя больным, лишённым жизненных сил». (31)

Стайрон сравнивает ощущение больного депрессией с состоянием человека, запертого в перегретой комнате. «И так как нет ни дуновения в этом котле, нет выхода из этого однородного тюремного заключения, вполне естественно, что жертва начинает думать всё время о забвении». (32)

Как свидетельствуют те, кто пытался покончить с собой и кто выжил и рассказал о своих чувствах, **«главная цель самоубийства – это не окончить жизнь, а положить конец боли»**. Люди в тисках суициальной депрессии переживают эмоциональную агонию, которая для них так тяжела, что умереть становится лучше, чем жить. Некто сравнивал это чувство с тем, будто «вы находитесь в глубокой чёрной дыре, но вместо того, чтобы бороться за то, чтобы вылезти на поверхность, вы хотите оказаться на самом дне». (33) Стайрон сравнивает положение человека в состоянии депрессии с тяжело раненным больным, который не лежит, как ему должно быть предписано, а разгуливает, и от которого общество ожидает поведения здорового человека: умение поддерживать беседу, отвечать на вопросы и улыбаться, в то время как он испытывает «...острое чувство потери вместе с чувством того, что жизнь ускользает всё быстрее и быстрее». (34)

Известная американская поэтесса Сильвия Платт так описывает своё состояние: «Я боролась и борюсь с депрессией, – писала она в своём дневнике. – Я переполнена отчаянием, почти истерией, как будто меня душат. Как будто огромная мощная сова сидит на моей груди, а её когти вцепились и сжимают моё сердце». (35)

Желание избавиться от ежедневной, ежечасной пытки подводит страдальцев к поиску выхода...

После того, что случилось с Вадиком, очень наивно звучит для меня вопрос или однозначный ответ, касающийся любого человека, покусившегося на собственную жизнь: «Почему он / она это сделал(а)?» Как будто это можно объяснить какой-либо одной причиной. Как будто мотивация личности так уж проста и её можно свести к каким-то механическим причинно-следственным связям и как будто человек – это одномерный персонаж или литературный герой, а не загадка, которую мы всё же тщетно пытаемся разгадать.

Английская писательница Вирджиния Вульф, которая страдала маниакально-депрессивным психозом, написала в одной из прощальных записок своему мужу: «Я чувствую определённо, что я снова схожу с ума. Я чувствую, что мы не сможем выдержать ещё один из этих ужасных периодов. И я не могу поправиться на этот раз. Я начинаю слышать голоса и не могу концентрироваться. Поэтому я делаю то, что считаю лучшим». Через несколько дней она написала снова и опять винила собственное сумасшествие в своей смерти:

Дорогой,

Я хочу сказать тебе, что ты дал мне полное счастье. Никто не сделал бы для меня большее, чем ты. Пожалуйста, поверь этому.

Но я знаю, что я никогда не преодолею это, и я попусту трачу твою жизнь. Это сумасшествие. Ничьи слова не смогут меня переубедить. Ты можешь работать, и тебе будет намного лучше без меня. Ты видишь, я не могу даже писать, что показывает, что я права. Всё, что я хочу сказать, это то, что до того, как пришла эта болезнь, мы были совершенно счастливы. Это всё благодаря тебе. Никто не мог бы быть таким хорошим, как ты, с первого до сегодняшнего дня. Все это знают.

Ты уничтожишь мои бумаги?

Вульф затем набила карманы тяжёлыми камнями и шагнула в реку. (36)

Как пишет К. Р. Джэмисон, сознание вреда, произведённого тяжёлым психическим заболеванием, и страх того, что оно может вернуться, играет решающую роль во многих самоубийствах. И чем образованнее и умственно развитее больной, тем выше вероятность трагического исхода. (37)

Нейрофизиологи и врачи обнаружили, что люди, страдающие депрессией, соображают медленнее, легче отвлекаются, быстрее устают при решении любых задач и страдают забывчивостью. Их мышление менее гибкое и более ограниченное, по существу, парализовано; варианты решения их проблем или минимальны, или вообще не существуют, и смерть кажется единственным выходом. Чувство безнадёжности и негативного восприятия будущего – один из наиболее постоянных предупреждающих сигналов о самоубийстве. Эти данные были получены в результате тестирования суицидальных пациентов. (38)

Соотношение между драматическими событиями в жизни и психическим заболеванием не прямое. Люди, подверженные депрессии, часто отчуждают окружающих своими поступками, гневом, вспышками насилия или замкнутостью, что и приводит к разводам, увольнениям, обрывам дружеских связей. (39)

У людей, испытывающих депрессию в наиболее тяжёлой форме и близких к суициду, развивается так называемое туннельное видение. Самоубийство им видится единственным выходом от нескончаемой боли. «Как только он входит в этот туннель, те, кто его любят, находятся вне поля его зрения. Он эмоционально отстранён от всех, возрастает его чувство изоляции. Если что-то произойдёт, что облегчит его боль, он на какой-то момент оставит идею самоубийства... Внутри туннеля чувство неопределённости снижается, так как суициdalная личность не желает выносить дальнейшую боль. По иронии судьбы, по мере продвижения в глубь туннеля, внешние симптомы могут улучшиться. Человек может прекратить посещать психотерапевта или принимать лекарства, а его близкие могут видеть в этом знак улучшения и поправки». (40) Между тем это обманчивое состояние покоя. Негативные мысли о самом себе преобладают и усиливаются. Мышление становится методичным, спокойным и сфокусированным на смерти. Решение принято, и план разработан чётко, иногда до мелочей. Он не боится умереть, он боится жить.

Итак, одна из наиболее коварных черт депрессии заключается в том, что люди,

выкарабкивающиеся из самых глубин депрессивного состояния, подвержены риску самоубийства в большей степени, чем когда они находятся в самой глубине. Это объясняется тем, что у них появляется энергия и теперь они могут осуществить то, что задумали ранее. Так, мой брат «обманул» нас, когда сказал, что всё в порядке и что он «успокоился». На самом деле это означало, что он принял решение уйти из жизни. Маме он сказал, что «пора снова надеть маску». Она ответила, что это ей непонятно. Он и хотел в данном случае, чтоб его не поняли. Ему это и нужно было. Не удивительно, что Вадик не стал ничего объяснять...

Согласно статистике, семьдесят процентов из тех, кто покончил с собой, отрицали свои планы и мысли о самоубийстве. Данные этого исследования относятся к людям, заключённым в психиатрические лечебницы. (41) Более чем половина этих пациентов, по данным медицинского персонала больниц, считалась находящимися в стадии улучшения.

Как обращаться окружающим с больными депрессией, если следовать совету этих больных?

«Слушать, слушать и слушать».

«Не притворяться, что вы всё понимаете, и не рассказывать мне свою историю снова и снова».

«Не сердиться».

«Не осуждать».

«Понимать, что иногда мне нужно быть рядом с кем-то, но что говорить слишком трудно».

«Понимать, что иногда я не могу выносить, чтобы кто-то был рядом».

«Напоминать мне обо всём хорошем, что я сделал в жизни».

«Напоминать мне, что я был хорошим другом».

«Любить меня и говорить об этом». (42)

Что причиняет боль людям, находящимся в депрессивном состоянии? Что отбрасывает их назад?

«Когда люди сердятся, что я не могу и не буду следовать их советам».

«Когда ко мне относятся, как к упрямому ребенку».

«Когда думают, что я просто ленив».

«Когда говорят, что, если я решил быть счастлив, я буду».

«Когда говорят и ведут себя так, как будто они стыдятся моего поведения».

«Когда не звонят, исчезают из моей жизни». (43)

Что говорить людям, находящимся в состоянии депрессии?

«Я желал(а) бы знать, как я могу помочь».

«Мы выкарабкаемся. Я помогу, чем только смогу».

«Звони мне. Скажи, что делать. Я буду рядом, сколько нужно».

«Я люблю тебя (обнимитесь). Я здесь для тебя».

«Жизнь может быть ужасна. Пойдём погуляем».

«Слишком рано думать о будущем. Всё подождёт. Делай то, что ты можешь сегодня. Я тебе помогу».

«Улучшение займёт время, много времени».

«То, что происходит с тобой, хуже, чем всё, с чем я имел дело в своей жизни. Я не знаю, как ты можешь с этимправляться и делать что-то для других, когда ты сам выносишь столько боли». (44)

Нужно проявить творческую выдумку и не жалеть ни душевных сил, ни времени, помогая

своим близким и друзьям выкарабкаться из депрессии. Написать тёплое письмо или открытку, где перечислить, что вас восхищает в этом человеке, пойти вместе куда угодно, хоть в парикмахерскую, на прогулку, в ресторан, в музей, на спортивную игру, за покупками, в зоопарк и т. п. Нужно говорить о том, что мы ими восхищаемся, что они экстраординарные люди, что они добры и великодушны, что многие бы не справились с тем, с чем справляются они. Любящее сердце подскажет...

Дистимия, или дистимическая депрессия

Эта болезнь похожа на депрессию, но в «мягкой» форме и продолжается от двух лет и дольше. Типичными для дистимии являются апатия, усталость, отсутствие чувства удовольствия, проблемы с концентрацией, низкая самооценка, чувство вины, раздражительность и негативные мысли. Распространены жалобы на общее плохое самочувствие и на целый ряд физических недугов и проблем. Из дистимии может вырасти тяжёлая форма депрессии.

Возможно, и у моего брата была дистимия с временными депрессивными тяжёлыми эпизодами и суициальными вспышками. Во всяком случае, ещё задолго до приезда к нам, по свидетельству одной знакомой, которая видела его в Израиле, Вадик был в депрессии. Депрессия это была или дистимия, теперь мы никогда не узнаем. Ни я, ни мои родители не догадывались о том, насколько опасно это состояние .

Биполярный психоз (или маниакально-депрессивный психоз)

Жизнь Роберта Шумана – это яркая иллюстрация к вышеназванному диагнозу. Периоды маниакальной трудоспособности перемежались у него с периодами впадания в депрессивное состояние, включая желание утопиться в Рейне. В маниакальной фазе больные бросаются в игорный азарт, рискованные предприятия, вплоть до уголовных, безудержно пьют – в общем, пускаются «во все тяжкие». Они чувствуют себя неутомимыми и обнаруживаютдискую трудоспособность, чувствуют, что могут «свернуть горы», строят грандиозные замыслы, непобедимо оптимистичны. Они мало спят и быстро говорят, торопясь высказать свои мысли. Говорят они необыкновенно много, мысли у них скачут и перепрыгивают с предмета на предмет. Находящиеся в возбуждённом состоянии больные раздражительны и экспансивны, у них раздутая самооценка, чувство грандиозности, они одновременно участвуют во множестве дел, очень беспокойны и взбудоражены. Им свойственны повышенная сексуальность, безудержная расточительность, словесная и денежная. Способность к рациональному мышлению у больных в этот период сильно занижена, и они нередко не осознают, что находятся во власти серьёзного недуга. Биполярное заболевание – хроническое, на всю жизнь.

Полагают, что Велимир Хлебников тоже страдал этим заболеванием. Этим больным присуще воображать космическую связь вещей и явлений. Велимир Хлебников верил, что он владел формулами звёзд, голосов, мыслей, рождения и смерти. Известно, что Хлебников находился какое-то время в психиатрической больнице.

Выше я уже приводила слова матери одного молодого человека, покончившего с собой. Она также писала: «Мой прекрасный, любимый сын Филип покончил с собой 16 августа 1994 г. Ему было 26 лет. Я пыталась примириться с этой кончиной и уговаривала себя, что это был «выбор» Филипа – умереть и, даже хотя я и не понимала его, я должна уважать его решение.

Но прошло время, и я узнала, что мой сын проявил классические признаки bipolar mood disorder, называемого также маниакальной депрессией. Первое проявление случилось после

окончания колледжа. Никто из близких не знал, что происходит и откуда это новое поведение с его время от времени принудительной говорливостью и чрезмерной раздражительностью. (45)

Маниакально-депрессивный психоз в среднем проявляется к восемнадцати годам, в отличие от простой депрессии, которая обычно возникает в двадцать шесть лет. В отличие от депрессии, которая встречается в два раза чаще у женщин, чем у мужчин, маниакально-депрессивный психоз в равной степени поражает и тех, и других. Эта болезнь более сурова, чем простая депрессия, происходит чаще и в большей степени является наследственным заболеванием. (46) Вероятность попыток самоубийств у этих больных выше, чем у просто больных депрессией: каждый пятый в случае «обыкновенной» депрессии и каждый второй в случае маниакально-депрессивного психоза. (47)

Давно замечено, что многие выдающиеся художники, артисты, писатели в непропорционально большей степени страдали от депрессии, маниакально-депрессивного психоза и, соответственно, многие из них накладывали на себя руки. Если мы обратим внимание на длинный список людей, пострадавших от депрессии и принадлежащих к художественной и литературной среде, то возникнет впечатление, что они более уязвимы в отношении этого заболевания, чем многие «простые смертные». Серия научных исследований в разных странах мира подтвердила, что выдающиеся учёные, композиторы, бизнесмены в пять раз чаще, чем остальное население, кончали жизнь самоубийством. Высокий процент самоубийц наблюдается среди писателей и особенно поэтов. Маниакально-депрессивный психоз и депрессия чаще встречаются среди представителей творческих профессий, чем у общей массы населения. (48)

Роберт Шуман, Винсент Ван Гог, Вирджиния Вульф, Роман Гари, Сильвия Плат, Эрнест Хемингуэй, Сергей Есенин, Владимир Маяковский, Теннеси Уильямс, Дж. К. Роулинг и многие другие, а если брать шире, то и Абрахам Линкольн, и Уинстон Черчиль и множество известных и неизвестных людей страдали от депрессии...

Покончили с собой Акутагава Рюносекэ, Антисфен, Луи Буссенар, Роман Гари, Всеволод Гаршин, Гомер, Демокрит, Диоген Синопский, Леонид Добычин, Юлия Друнина, Сергей Есенин, Ясунари Кавабата, Харт Крейн, Поль Лафарг, Джек Лондон, Тит Лукреций Кар, Лаура и Поль Лафарг, Надежда Львова, Владимир Маяковский, Петроний, Александр Радищев, Сапфо, Луций Анней Сенека, Сократ, Галактион Табидзе, Алексей Толстой, Александр Фадеев, Зигмунд Фрейд, Стефан Цвейг, Марина Цветаева, Геннадий Шпаликов, Паоло Яшвили и многие, многие другие. Очень вероятно, что добровольно ушли из жизни Гоголь и Блок.

Депрессия или не только депрессия тому виной – теперь уже почти невозможно определить, особенно когда дело касается древних, о которых осталось не так-то много сведений. Вне всякого сомнения, число самоубийц среди людей творческих профессий – значительно. Взрывчатость и непредсказуемость, импульсивность темперамента, привычка жить с максимальной самоотдачей и бешеною амплитудой страсти зачастую приводили к страшным, трагическим последствиям. Некоторым писателям, в силу своего таланта, удалось передать страдания больного, страдающего депрессией (Уильям Стайрон, Сильвия Плант), и эти описания дают ключ к пониманию природы страданий в той же мере, как страдания игрока в одноимённом романе отображают страсти самого Ф. М. Достоевского.

Сезонная депрессия

Это депрессия, возникающая у тех, кто ей подвержен, каждый год в одно и то же время, обычно с началом осени или зимы, и заканчивающаяся весной или ранним летом. Редкая форма

депрессии, когда она возникает поздней весной или ранним летом и заканчивается осенью. Заболеванию присущи обычные признаки депрессии – и как наиболее характерные признаки: очень сильное чувство усталости, отсутствие энергии, повышенная потребность во сне, повышенный аппетит, острое желание потреблять углеводы (печёное, сладкое) и, как следствие, прибавка в весе.

Наиболее часто сезонная депрессия встречается у женщин от двадцати до сорока лет, причём чем ближе к северу они живут, тем выше вероятность подобного заболевания. Нехватка солнечного света, как полагают исследователи, влияет на уровень серотонина и может служить причиной возникновения этого заболевания. Дневной свет увеличивает уровень серотонина в мозгу и обладает лечебным воздействием. Больным приписывается терапия светом: особые люминесцентные лампы с пластиковым экраном, чтобы предотвратить ультрафиолетовые лучи. Конечно же, и в этом случае применяются традиционные методы лечения депрессии.

Послеродовая депрессия

Брук Шилдс, красавица и звезда Голливуда, заболела этим видом депрессии, причём в такой серьёзной форме, что она даже думала об убийстве своего ребёнка. В этой связи удивительно бес tactно и легкомысленно прозвучали слова другой голливудской знаменитости, Тома Круза, который заявил, что достаточно витаминов, чтобы помочь матерям, страдающим послеродовой депрессией. На это Брук Шилдс сказала, что своим замечанием Том Круз оказал плохую услугу всем матерям. Согласно современным данным, от пяти до девяти процентов рожениц могут страдать послеродовой депрессией, из них меньше, чем одна из пяти обращаются за помощью к врачу. Между тем у ряда пострадавших депрессия может перерасти в послеродовой психоз с бессонницей, галлюцинациями, маниакальными проявлениями и даже идеями о самоубийстве и убийстве.

Шизофрения

Шизофрения давно стала ругательным обиходным словом, хотя далеко не всегда люди, легко его использующие, понимают, что за ним стоит. Шизофрения – это хроническое, супротивное и выводящее из строя заболевание, затрагивающее до одного процента американцев. По приблизительным подсчётом от девяти до тринадцати процентов больных шизофренией кончает жизнь самоубийством. (49)

National Institute of Mental Health США подразделяет симптомы шизофрении на три категории (50) :

1) Позитивные симптомы: галлюцинации, иллюзорные представления, беспорядочные мысли и движения. Наиболее распространённой формой галлюцинаций являются «голоса», которые говорят больным об их поведении, что-то приказывают, предупреждают об опасности или говорят друг с другом о пациенте.

Когда Вадик уже переселился в Америку, он настаивал, что надо привезти старое одеяло из Израиля. Это старое одеяло принадлежало моему покойному университетскому преподавателю, уехавшему с женой в Израиль, и, когда он умер, его вдова отдала Вадику это одеяло. Так вот, Вадик, приехав в Америку, почему-то говорил о том, что надо было привезти это одеяло. Как будто ему некем было укрыться! Или он несколько раз говорил, что скучает по комнатному растению, оставленному в Израиле. У него появилась какая-то маниакальная подозрительность. Он подозревал своего работодателя-программиста чуть ли не в шпионской деятельности, ему не понравилось, что бюро по перевозкам хочет иметь копию его

документов, прежде чем доверить ему машину. Он верил, что его жена обладает колдовской силой и заколдовала его компьютерную программу или что Беэр-Шева, город в Израиле, где он жил, его «не отпускает». Матери он как-то заявил: «Ну да, я шизофреник», но мама восприняла это скорее как пример его самокритичности, нежели как самодиагноз. Вадик проводил часы за компьютером, увлекался всякого рода психологическими тестами, и он, я теперь думаю, верил в то, о чём говорил.

2) Негативные симптомы: потеря или уменьшение способности планировать, беседовать, выражать эмоции или находить удовольствие в повседневной жизни. Эти симптомы труднее распознать как часть заболевания и их можно принять за лень или депрессию.

Мой брат был всегда молчуном, но после его приезда к нам я не помню, чтобы мы с ним, что называется, «говорили по душам». Все наши беседы сводились, к сожалению, к моим практическим советам и поучениям и к его отшучиванию. Те, кто его не знал, находили его поведение странным: отрешённость от происходящего, зрение «зрачками внутрь», молчаливость. Мы же думали, что он всё думает о жизненных проблемах и вот-вот найдёт подходящее решение, которое никак не приходило.

3) Когнитивные симптомы: проблемы со вниманием, определёнными видами памяти и теми функциями, которые позволяют планировать и организовывать, то есть отвечающими за исполнение действий. Дефицит когнитивных функций, вероятно, трудно распознать как часть заболевания, но он очень калечит, уродует жизнь.

Возможно потому Вадик и не стал учиться здесь, в Америке, что уже не мог осилить никакой учёбы. Курсы программирования в Израиле – это был его последний позитивный «рывок», дальше которого он пойти не смог. Как я уже писала, Вадик не задерживался долго ни на одной работе, как бы хорошо у него ни шло дело и как бы к нему хорошо ни относились. Довольно часто его выгоняли за строптивый характер и конфликты.

Люди с шизофренией обычно не склонны к насилию и предпочитают, чтобы их оставили в покое. Они чаще пытаются убить себя, чем остальных. Пациентов, больных шизофренией, лечат медицинскими препаратами. Больные шизофренией подвержены более высокому риску развития депрессии и попыток самоубийства, чем остальные. Шизофрения в сочетании с депрессией – это смертельное сочетание.

Я не берусь диагностировать своего брата. Возможно, ему и поставили диагноз в больнице, куда он попал после того, как резал себе вены, но мне об этом неизвестно. Матери он заявил, что он шизофреник, но было ли это простым моментом самоуничтожения или результатом внешнего или самодиагноза – мы никогда не узнаем...

Среди факторов риска самоубийства, специфичных для больных шизофренией, перечислены следующие (51) :

- Раннее начало заболевания.
- Чрезмерная зависимость от психиатрических служб, или негативное отношение к лечению, или потеря веры в лечение.
- Осознание невозможности жить так, как хотелось бы.
- Страх перед дальнейшей умственной деградацией.
- Непосредственно перед самоубийством – нарастающее возбуждение, раздражительность или агрессивность.
- Высокий уровень образования.
- Негативный взгляд на будущее, омрачённое психическим заболеванием.
- Длительность болезни и то, что она хроническая, с многочисленными периодами ремиссий и рецидивов.

- Предупреждение о желании покончить с собой сравнительно редки.
- Возраст (до сорока пяти лет), принадлежность к мужскому полу.

Посттравматический синдром

Значительное число исследований указывает на имеющееся соотношение между посттравматическим синдромом и самоубийством. Давно было замечено и документально подтверждено, что самоубийство чаще встречается среди определённых групп населения, в число которых входят участники боевых действий, ветераны войны, полицейские и другие работники, действованные в силовых структурах. Эмоционально и психологически травмирующие события наносят неизгладимый след и способствуют развитию состояния депрессии. Оставленное без внимания депрессивное состояние личности может дойти до своей крайней точки, после которой уже нет возврата, и привести к самоубийству. Депрессивное состояние усиливает реально обоснованное или воображаемое чувство вины, которое не даёт покоя многим участникам боёв. Люди, которые сталкивались с насилием вплотную, легче преодолевают психологический барьер, когда это насилие направлено на других или на самих себя (в случае самоубийства).

К наиболее распространённым факторам, повышающим степень риска самоубийства участников боевых действий, относятся:

- Принадлежность к мужскому полу.
- Злоупотребление алкоголем.
- Случай самоубийства в семье.
- Зрелый возраст.
- Плохая социально-экономическая поддержка, например бездомность или отсутствие семьи.
- Владение огнестрельным оружием.
- Наличие медицинских и психических нарушений, включая посттравматический синдром, связанный с самоубийством. (52)

Посттравматический синдром зачастую возникает у тех, кто пострадал от сексуального нападения, изнасилования, а также домашнего насилия. В американском фильме «Prince of Tides», поставленному по одноимённому роману Пэта Конроя, за неоднократными попытками самоубийства одной из героинь фильма скрывается страшный, трагический эпизод, произошедший в детстве, когда её саму, её мать и младшего брата изнасиловали трое бандитов, убежавших из тюрьмы. Калькируя известную американскую идиому, скажу, что этот случай был «заметён под ковёр», а его трагические последствия дали о себе знать много лет спустя...

Паническое расстройство и социальные фобии

Не существует единой точки зрения на связь панического расстройства и самоубийства. Есть данные, подтверждающие, что это заболевание в разы усиливает риск самоубийства. Тем не менее паническое расстройство и социальные фобии столь часто существуют в сочетании с депрессией, что трудно определить, является ли это заболевание самостоятельным фактором и какова их связь с другими психическими расстройствами.

Приступы паники обычно характеризуются такими признаками, как чувство страха, учащённое сердцебиение, внезапная потливость, дрожь, ощущение удушья, боли в груди. Люди, страдающие этими приступами, часто попадают в больницу, так как они находятся в полной уверенности, что у них сердечный приступ. Так, в американской комедии «Analyze

This» Роберт де Ниро играет главаря мафии, у которого внезапно обнаруживается целый «пучок» психологических проблем, включая паническое расстройство. Главарь мафии, не расстающийся с психотерапевтом!

Сильное паническое расстройство, сопровождаемое повышенным возбуждением, как при маниакально-депрессивном психозе, могут служить предвестниками самоубийства.

2. Биологические факторы риска

Как уже было сказано выше, женщины больше склонны к попыткам самоубийства, чем мужчины, но мужчинам это удаётся чаще. Это объясняют рядом причин, включая и то, что женщины используют менее летальные средства и злоупотребляют наркотиками и алкоголем меньше, чем мужчины. Женщины чаще лечатся от депрессии, так как, в отличие от мужчин, они чаще обращаются за помощью. Беременность и наличие детей у женщин являются своего рода природным «фактором защиты» для них, хотя, к несчастью, не всегда. У мужчин таким фактором является супружество.

По данным некоторых американских исследований, у белых мужчин курение сигарет является фактором риска в прямой пропорции к количеству выкуренных сигарет. Избыточный вес у женщин и пониженный вес у мужчин тоже имеют значение как фактор риска.

Хронические и смертельные заболевания, такие как рак, СПИД, рассеянный склероз, повреждения позвоночника, болезнь Паркинсона, болезнь Альцхаймера, потеря зрения, хронические боли вызывают определённые психологические реакции, депрессию и чувство безнадёжности, что усиливает риск самоубийства.

Употребление алкоголя или наркотических веществ является фактором риска, как и предыдущие попытки самоубийства и самоубийства в семье. Как пишет Джемисон, «к несчастью, умственное расстройство и алкоголизм и употребление наркотиков идут рука об руку. Двое из трёх людей с маниакально-депрессивным психозом и каждый четвёртый, страдающий депрессией, имеют серьёзные проблемы со злоупотреблением, и у больных шизофренией почти такой же уровень. Ещё более опасно то, что те, кто психически болен и имеют такие проблемы, подвержены большему риску попыток и совершения самоубийства». (53)

Поэт Эдгар Аллан По, страдавший маниакальным расстройством, писал: «Я стал сумасшедшим с длинными периодами ужасающей нормальности. Во время этих приступов абсолютной бессознательности я пил, Бог знает сколько и как долго. Как само собой разумеющееся, мои врачи считали, что моё сумасшествие происходит из-за выпивки, а не выпивка из-за безумия». (54)

3. Когнитивные и эмоционально-психологические факторы риска

Импульсивность и агрессивность повышают риск самоубийства. Особенно опасно сочетание импульсивности натуры (*то, что, на мой взгляд, было свойственно Вадику*) с депрессией. Чувство **безнадёжности** добавляет опасности этому сочетанию. Люди с чувством безнадёжности не способны представить себе позитивный образ будущего, зато имеют негативные представления о том, что им предстоит. Чувство безнадёжности является ключевым психологическим фактором в замыслах самоубийства и в его исполнении.

Выше уже писалось о теории Эдвина Шнейдмана, который в своём объяснении причин самоубийства на первый план выдвинул ряд неудовлетворённых психологических потребностей и, как следствие этого, огромное чувство боли, не покидающее самоубийц.

Другой известный американский исследователь, Аарон Бек, подчеркнул особое значение чувства безнадёжности, присущее самоубийцам. Томас Джоинер, отдавая должное выдающемуся вкладу предыдущих исследователей, предлагает своё объяснение феномену самоубийства. Он считает, что не всякие неудовлетворённые психологические потребности (их около двадцати в списке, предложенном доктором Генри Мюррэем) вызывают потребность покончить счёты с жизнью. По его мнению, наиболее важные из неудовлетворённых психологических потребностей можно свести к двум категориям: **нарушенному чувству принадлежности** (разрушена любовь, другие важные эмоциональные привязанности) и **воображаемому чувству (воспринимаемому самоубийцей как вполне реальное!)**, что он представляет обузу для близких, он им в тягость и без него им будет лучше. Чувства своей неэффективности, провала, неумения и некомпетентности ведут к обострению ощущения, что от него нет никакой пользы и его близким будет лучше без него. (55) Было проведено исследование, цель которого состояла в том, чтобы выявить связь между воспринимаемым чувством обузы и суициdalным поведением. Сравнивались такие показатели, как чувство эмоциональной боли (Шнейдман), безнадёжности (Бек) и воспринимаемым чувством обузы (Джоинер). Независимая группа читала записи и оценивала по шкале от одного до пяти то, как выражены в этих записях вышеупомянутые чувства. «Оценщики» не знали, что половина этих записок принадлежала людям, погибшим от самоубийства, а половина тем, кто предпринимал попытку самоубийства, но выжил. При статистическом анализе было выявлено, что записи от тех, кто погиб, более подчёркивали то, что написавшие их являются обузой для близких, чем записи от тех, кто пытался покончить с собой, но не погиб. Другое исследование, анализирующее записи только от тех, кто покончил с собой, показало, что воспринимаемое чувство обузы играло более значительную роль и предопределяло большую степень летальности суициdalных средств. (56)

Я верю, что у Вадика было чувство изолированности. Самые близкие его друзья были далеко (один в Канаде, другой в России). Поехать к ним у него не было средств, да и что бы это дало? Если руководствоваться здравым смыслом, то ему нужно было заниматься трудоустройством, а не рваться куда-то ехать, но когда он руководствовался здравым смыслом? Я уже писала о том, что здесь, в Америке, у него не было подруги и что он пытался встречаться с одной симпатичной молодой женщиной, с которой его познакомил дядя. Мне она понравилась, мама с ней беседовала по телефону, и «графиня Вишненка», как прозвали её мои дети, показалась маме приятной и разумной. Но Вадик перестал видеться с новой подругой. Я думаю, он боялся быть ей обузой тоже, и, вообще, его заниженная самооценка ему мешала и наносила вред...

Чувство обузы, которое испытывал Вадик, явно проявилось в его фразе, сказанной матери, когда она заглянула в его комнату в тот роковой вечер перед страшной ночью самоубийства: «Я тебе мешаю?...» На это последовал, конечно же, ответ: «Как ты, мой сын, можешь мне мешать?!» Но, видимо, никакие уверения уже были не достаточны, они уже ничего не значили для моего брата, чьё сознание было «зомбировано» предстоящим планом действий...

Чувства стыда и вины . Я полагаю, что эти чувства буквально отравили существование моего брата незадолго до смерти. Неслучайно он благодарил папу утром того дня, когда совершил свой страшный поступок. Папа спросонья и не понял, что к чему. «Что ты? Что ты?» – было его реакцией. Ему и в голову не могло прийти, что это было прощанием... А маме Вадик сказал: «Я сам во всём виноват...» Он винил себя в том, что не сохранил семью, возможно, винил себя в том, что не может, приехав в США, обеспечить себе экономическую самостоятельность и живёт с родителями, но это всё мои домыслы...

В то же самое время у брата существовали определённые стереотипы мужского поведения, то ли взятые из семьи, то ли от того, что он вырос в Баку – месте предрассудков и барьеров, связанных с мужским и женским поведением. Впрочем, стереотипы мужского и женского поведения существуют не только в южных регионах бывшего Советского Союза, но распространены по всему миру. Для меня ясно одно: внутренние психологические барьеры не позволили моему брату обратиться за помощью... Психологическая помощь была, вероятно, стигматизирована в его сознании: ему было очень трудно преодолеть себя, откровенно рассказать о своих страданиях и принять помощь от кого бы то ни было.

4. Социальная изоляция

Социальная невовлечённость, оторванность от социума также опасны: об этом в XIX веке писал известный социолог Эмиль Дюркгейм, а теперь современные научные данные подтвердили его правоту. Слишком сильная или слишком слабая интеграция личности в общество представляет опасность и повышает риск самоубийства. При слишком сильной интеграции личность может совершить самоубийство во имя социальной группы (вспомним самоубийство эскимосских стариков, древних скифов, когда они погибали, если считали, что стары и представляют обузу, или героев войны).

При слабой интеграции личность одинока, и очень важная потребность в принадлежности (любви, дружбе, близости) не удовлетворена и ведёт к нарастанию эмоциональной боли...

Незадолго до трагических событий Вадик побывал в Канаде, где встречался с двумя школьными друзьями и их жёнами. Возможно, ощущаемый контраст между их семейным положением и своим собственным, а также тот факт, что оба друга работали и были «вовлечены» в сеть социальной поддержки, в то время как мой Вадик так и не обрёл своего места и не мог найти приложения своим способностям, усугубили его депрессивное состояние. Он вернулся из Канады мрачным и почти ничего не рассказывал. Вадик также видел, что у меня семья, дети, мы в экономическом смысле « стоим на ногах», в то время как его мучило безденежье. Вспомните, у Пушкина в «Скупом рыцаре»: «О бедность, бедность! Как унижает сердце нам она!» Но какие бы копейки ни зарабатывал мой брат, он отсыпал деньги своему сыну. Он очень любил сына и казнил себя, что не сумел сохранить семью...

Одиночество, как доказывают данные исследований, напрямую связано с суициальными замыслами и поведением. Особенно сильно влияют социальная изоляция и одиночество на суициальные намерения стариков. Самоубийства чаще встречаются в сельских районах, нежели городских, вероятно, из-за социальной изоляции. Замкнутые в себе люди (крайние интроверты) не ищут поддержки и помощи, не делятся своими замыслами, в том числе и смертельными (*и это тоже напрямую касалось моего брата*).

Моральная регуляция личности, по мысли Дюркгейма, ослабевает во времена социальных потрясений. Число самоубийств возрастает в периоды экономического спада и безработицы, чем объясняется недавний рост числа самоубийств в странах Восточной Европы. (57)

Рассматривая самоубийство в социальном аспекте, можно сказать, что самоубийство является результатом взаимодействия сложных социокультурных факторов и случается чаще всего в период социоэкономического, семейного и индивидуального кризиса (утрата близкого человека, безработица, из чувства чести).

5. Географический фактор: переезд или перемена местожительства

Когда человек меняет привычную среду обитания на нечто незнакомое, то это чревато

многими последствиями. Он лишается своих друзей, знакомого окружения, которые поддерживали его эмоционально и духовно. Он чувствует себя более одиноким и находится в состоянии стресса, вызванным тем, что ему надо постоянно бороться с новыми трудностями и приспосабливаться к новым обстоятельствам и требованиям жизни. Не все обладают достаточной гибкостью для адаптации в новых условиях. Некоторым процесс приспособления даётся с огромным трудом. Иммигранты могут служить примером людей, испытывающих трудности в связи с тем, что оторвались от знакомой среды и попали в совершенно чужой им мир. Как иммигрантка первого поколения, пережившая это на своих плечах, могу свидетельствовать, что этот процесс даётся нелегко и не все его выдерживают.

Мой брат так и говорил: «Вторую эмиграцию я не выдержу». Он также говорил маме, что мы «приспособились», имея в виду, что это ему недоступно. Да что там иммигранты! У коллеги старая мать переехала из Нью-Джерси в Нью-Йорк, поближе к дочери, и вместо радости – одни слёзы. Ведь она лишилась знакомых, подруг, привычной квартиры!

6. Пережитые трагические и тяжёлые события, включая насилие и оскорбление

Потеря близкого человека, тюремное заключение, конфликт на работе, заболевание, безработица, насилие, развод или разъезд, семейные проблемы, сексуальное и физическое насилие, провалы на экзаменах и другие события могут привести к тому, что человек не в состоянии будет справиться с обрушившимся на него и почувствует, что произшедшее – больше, чем он может вынести...

Нередко потеря близкого человека может дать толчок к депрессии и привести к самоубийству.

27 июля 2004 года, то есть за полгода до гибели брата, как я уже писала, умер наш дядя, которого мы оба очень любили и в смерти которого Вадик винил себя.

Трудности отношений с родителями и сверстниками, унижения или избиения со стороны сверстников или в семье могут сыграть большую роль и привести к суициду даже тогда, когда дети повзрослеют. Душевные травмы сохраняются надолго, иногда на всю жизнь, и, оставленные без внимания, могут искалечить жизнь человека и его окружения.

Перенесённое насилие, физическое, эмоциональное и сексуальное, в каком бы возрасте оно ни произошло, повышает риск самоубийства у жертвы. Многие исследования были сосредоточены на женщинах. Те из женщин, которые перенесли насилие (в детстве либо во взрослом возрасте) чаще пытаются покончить с собой, чем остальные. Чем больше видов оскорблений (эмоциональных, физических и сексуальных) испытала женщина, тем выше риск самоубийства.

Мой брат служил в советской армии, которая, несмотря на то, что это было ещё задолго до современных дикостей дедовщины, всё же была страшным испытанием.

Широко известно, что самоубийства в российской армии связаны с дедовщиной, которая является огромным социальным злом и позором России. Думаю, что и в советские времена дедовщина и самоубийства из-за дедовщины существовали. Просто всё было прикрыто завесой секретности, и никто не мог пробиться сквозь заслон официальной лжи. Как заметил Леонид Млечин, выступавший на радио «Эхо Москвы» в программе «Особое мнение», дедовщина как явление получила распространение в советской армии после того, как стали призывать в армию людей с уголовным прошлым, имевших тюремные сроки. Теперь это настоящая беда для российской армии и огромное социальное зло.

Я уже писала выше о том эффекте, которое оказывает посттравматический синдром на повышение риска самоубийства, и эти два фактора риска (посттравматический синдром и

перенесённое насилие и оскорбление) очень тесно связаны.

7. Предшествующие попытки самоубийства и «приучение» себя к физической боли и риску

Многие исследователи указывают на огромное значение этого фактора риска. Томас Джоинер считает, что самоубийство практически всегда совершается людьми, «приучавшими» себя к большей болевой терпимости. Об этом говорит тот факт, что в основном самоубийство совершается людьми не с первого раза, а как результат неоднократных усилий в этом направлении. Ему предшествует суицидальное поведение личности, подвергающей себя риску, а также неоднократные попытки совершения самоубийства, не доведённые до конца и не осуществлённые по какой-либо причине. Согласно точке зрения Джоинера, «...один пример суицидального поведения закладывает фундамент для других примеров, и это происходит через приобретение бесстрашия и компетентности». (58)

Проведённые опыты на мышах показали, что мыши, находящиеся более тридцати дней в изоляции, менее чувствительны к физической боли. (59) Суицидальные натуры, согласно проведённым опытам, могут переносить экстремальные температуры легче, чем обычные люди, то есть у них пониженный порог чувствительности. (60) Люди, часто подвергающие себя риску и с неоднократными попытками самоубийства, драчуны, испытывавшие физическую боль от насилия или ранений, с каждым разом всё легче переносят подобные испытания и тем самым подготавливают себя к последнему шагу. В этой связи кажутся необыкновенно верными слова Вольтера о римском ораторе, заколовшем себя. Вольтер считал, что только необыкновенно сильный человек может преодолеть инстинкт природы (имелся в виду инстинкт самосохранения). Преодолеть этот мощный инстинкт природы, по мысли Джоинера, могут люди, приобретшие способность к смертельно опасному поведению, терпимости к боли и некий опыт в этом. Например, Курт Кобейн, руководитель и главный музыкант американской музыкальной группы «Нирвана», неоднократно приучал себя к преодолению страха. Он боялся уколов, высоты и оружия. Постоянно практикуясь, он стал наркоманом, вкалывавшим себе наркотик, влезал на строительные леса и раскачивался там, и, наконец, друг объяснил ему, как стрелять из огнестрельного оружия. В 1994 году в возрасте двадцати семи лет Курт Кобейн застрелился.

Нас удивляло стремление моего брата, как говорил отец, искать приключений на свою голову (он употреблял, впрочем, ещё более резкое выражение). То Вадик отправлялся со своими друзьями путешествовать по стране автостопом, на попутных машинах, то ночью он с друзьями ехал на пляж в середине апреля. В армии он притворился, что у него приступ аппендицита – в надежде, что его отпустят домой. В результате Вадик перенёс настоящую операцию! Я не знаю подробностей того, что случилось потом, был ли он наказан и как. Об этом поступке моего брата я недавно услышала от мамы.

Уже живя с родителями в Америке, он иногда уходил под утро и бродил по небезопасному району, где его мог задеть какой-нибудь наркоман или преступник. Он любил гулять, когда на улицах пусто. Всю жизнь мой брат преодолевал страх. В его иерархии ценностей храбрость занимала высокое место, а преодоление страха, как я понимаю, важно было для его самоуважения. Как-то, приехав сюда, он провёл длинную беседу с моей десятилетней дочерью на тему страха, а мне советовал, чтобы я отдала её на каратэ или дзюдо. Однако трудно проникнуть в тайны души другого, даже если это твой брат. То ли он закалял себя, подвергая опасности, то ли ему было всё безразлично – остаётся только гадать...

У людей, находящихся в состоянии депрессии и близких к самоубийству, образ смерти постепенно утрачивает свои отвратительные черты и становится более позитивным, связанным

даже с прекрасным, совершающимся в романтизированной обстановке, желательно на фоне картин природы или наиболее известных монументов и зданий. Так, было замечено, что большое число самоубийств совершалось с моста Золотые Ворота в Сан-Франциско, который является местной достопримечательностью и прекрасным архитектурным сооружением, и гораздо меньшее число людей намеревалось покончить с собой, прыгнув с других мостов города.

Его частое желание сопровождать моих родителей на кладбище, где похоронены наши бабушки, сейчас я объясняю не только чувством долга и привязанностью к родне, но и своеобразной притягательностью, которое кладбище приобрело в его глазах. Он говорил маме: «Тихо, птички поют...» – с умилением, как будто его очаровывала тамошняя обстановка.

Выше уже писалось, что исследователь Томас Джоинер считает самыми необходимыми факторами, вызывающими желание убить себя, **восприятие себя в качестве обузы и разрушенное чувство «принадлежности»** (разрушенные любовные и дружеские связи, чувство «невписанности» в социальную группу). Как считает учёный, аргументированно подтверждая свои взгляды данными многочисленных исследований, данные факторы необходимы для того, чтобы человек «захотел» совершить это деяние, то есть они присутствуют практически во всех самоубийствах. Для того же, чтобы это желание было воплощено в жизнь, необходимы некое **приобретённое знание, или компетентность**, зачастую в сочетании с предыдущими попытками осуществить задуманное разными способами, и **наличие определённого плана**, как это сделать.

Нет никакого сомнения, что этот план у моего брата был. Неслучайно он спрыгнул не на строительные леса, а туда, где мог погибнуть наверняка.

8. Семейная «традиция»

Когда самоубийство случается в семье, то все члены семьи зачисляются в группу людей повышенного риска. Поступок, который, казалось бы, должен внушать (и внушает!) ужас, в то же время представляет прежде немыслимую модель поведения, нечто имеющее право на существование и тем самым «подсказывает» оставшимся членам семьи, что возможен и такой выход...

Без сомнения, в определённых семьях существует предрасположенность к риску заболеть психическими заболеваниями и окончить свою жизнь трагическим образом. Амиши (протестантская религиозная secta, которая поселилась в юго-восточной Пенсильвании в XVIII веке) сохранили подробные медицинские и генеалогические описания своих предков, уходящие на тридцать поколений в глубь веков. Большая часть самоубийств в этой замкнутой общине пришлась на четыре рода, составлявшего шестнадцать процентов от всего амишского населения. Семьдесят три процента самоубийств приходится на их долю. (61)

До недавнего времени считалось, что нет данных, подтверждающих наличие определённых генных особенностей у людей, покончивших с собой. Однако результаты одного недавнего исследования подтверждают, что определённый тип гена, отвечающего за транспортировку серотонина, более распространён именно среди людей, покончивших с собой. (62) Тем не менее это вовсе не означает, что если один член семьи покончил с собой, то степень вероятности повторения подобной трагедии в семье очень высока. В США приблизительно один человек из десяти тысяч кончает жизнь самоубийством. У сына, отец которого покончил с собой, вероятность повторения данного поступка составляет от двух до пяти десятитысячной доли вероятности, то есть от 0,0002 до 0,0005. (63)

9. Определённые культурные и религиозные верования

В некоторых культурах самоубийство традиционно не считалось зазорным. У древних греков и римлян, например, существовала вера в то, что самоубийство является благородным выходом из личностной дилеммы, демонстрирующим силу воли. У древних викингов считалось, что только воины, умершие насильственной смертью, войдут в блаженное царство Валхаллы. Самоубийство было на «втором» месте после смерти в бою и считалось более почётным, чем смерть от естественных причин.

Широко известно отношение к самоубийству у японских самураев. Сэппуку (или, как говорят на Западе, хаакири) совершалось или высокопоставленным самураем, приговорённым к смерти, или самураем пониже рангом, который потерял своего господина и убивал себя в знак верности покойному. Самураи закалывали себя кинжалом и тогда, когда страдала их гордость. Они предпочитали лучше покончить с собой, чем жить в плену. Всем известны японские камикадзе-пилоты, жертвовавшие собой из патриотических соображений во время Второй мировой войны. Самоубийство из чувства чести в Японии было принято на протяжении столетий, и даже сегодня в этой стране довольно большой процент самоубийств по сравнению с другими странами мира, хотя, как я уже писала, Литва, Белоруссия и Россия, а также некоторые другие страны, входившие в состав бывшего Советского Союза, и страны бывшего Восточного блока, в настоящее время держат печальный «рекорд» по числу самоубийств на душу населения.

Старики эскимосы и древние скифы убивали себя для того, чтобы не быть в тягость остальным. Староверы сжигали себя и морили голодом, протестуя против официальной церковной идеологии.

Культовые фанатики время от времени завлекают группы верующих и совершают ритуальные массовые самоубийства в ожидании конца света или подобных событий. 18 ноября 1978 года было совершено массовое самоубийство фанатиками культа «Народный храм», возглавляемого Джимом Джонсоном. Американцы, сторонники этого культа, основали колонию Джонстаун в Южной Америке, в Гвиане. Погибло в общей сложности девятьсот восемнадцать человек, причём большинство из них отравились добровольно, под давлением лидеров общины или были насильственно умерщвлены. Погибли все, включая грудных младенцев.

К сожалению, самоубийство иногда совершается под влиянием массового психоза, но всё же на такое пойдёт не всякий, а склонная к этому личность. Негативное влияние неумышленно оказывают те, кто покончил с собой, когда их поступок раздувают средства массовой информации, и некоторые, наиболее впечатлительные натуры, гибнут, подражая трагическому примеру. (64) Так случилось после смерти Сергея Есенина, когда несколько человек покончили с собой в подражание поэту.

Надо сказать, что в европейской традиции, начиная с XVIII века, существовало романтизированное отношение к самоубийству, особенно после волны самоубийств, прокатившейся после публикации в 1774 году книги Гёте «Страдания юного Вертера», после чего книга подверглась запретам. Я усматриваю отголоски этого отношения в высказывании Ницше в его книге «По ту сторону добра и зла» о том, что мысль о самоубийстве дарует великое утешение, позволяя пережить страшные ночи. Камю в «Мифе о Сизифе» утверждает, что вопрос суицида – это единственная серьёзная философская проблема и что фундаментальным вопросом философии является вопрос, стоит ли жить. Некоторые же весьма достопочтенные фигуры в литературе и философии объясняли самоубийство трусостью перед жизнью. К таковым мы можем причислить Овидия, Марциала, Мишеля Монтеня и Даниэля Дефо. Увы, иногда и величайшим умам был свойственен упрощённый взгляд на

действительность!

Признаюсь, после того, что сделал мой брат, меня отталкивают отвлечённые философские рассуждения о самоубийстве любых мыслителей, будь это даже любимый мною Николай Бердяев. Насколько я жадно поглощала психологическую литературу о самоубийствах, настолько же было далеко от меня абстрактное философствование по этому вопросу.

10. Алкоголь и наркотики

Алкоголизм и наркомания являются огромным фактором риска для самоубийства. Этот риск от шестидесяти до ста двадцати раз выше, если сравнивать со здоровыми людьми. Алкоголизм усиливает депрессию, разрушает семью и карьеру, усиливает чувства безнадёжности и беспомощности. Являясь депрессантом, алкоголь в то же самое время может служить щитом от состояния повышенной тревожности. Так, например, когда У. Стайрон прекратил пить, то, по его свидетельству, он сразу же оказался уязвим для депрессии. Пытаясь ответить на вопрос, почему многие стремятся напиться или принять наркотик прежде, чем попытаться покончить с собой, приводился довод: состояние алкогольного опьянения увеличивает импульсивность и снижает способность к здравому рассуждению. Алкоголь зачастую связан с депрессией, он усиливает её, хотя может оказывать временный эффект притупления психологической боли. Использование алкоголя и / или наркотиков в сочетании с другими психическими проблемами в целом повышает риск самоубийства.

Группы риска

К ним относятся:

- 1) Гомосексуалисты и трансвеститы
- 2) Заключённые тюрем и лагерей
- 3) Полицейские
- 4) Военные и бывшие военные
- 5) Работники здравоохранения

Для первой группы повышает риск не факт принадлежности к нетрадиционной сексуальной ориентации, но дискриминация и насилие по отношению к ним. Отсюда депрессия, паническое расстройство и злоупотребление алкоголем и наркотиками. Заключённые обычно совершают первую попытку самоубийства в начале заключения, в состоянии шока от происшедшего, безнадёжности и отчаяния. Многие из заключённых страдают психическими заболеваниями, что усугубляет риск, кроме того, им свойственны импульсивность и неконтролируемый гнев. Мы не говорим о тех случаях, когда некоторые симулируют попытку самоубийства, чтобы попасть в тюремную больницу.

Полицейские работают в состоянии повышенного риска и сопряжённого с ним стресса, что ведёт к росту алкоголизма, семейным неурядицам, разводам. Вносит вклад и постоянное, травмирующее психику влияние обстановки смерти и насилия, с которой сталкивается полиция в своей работе, а также доступ к огнестрельному оружию.

Травмирующее влияние военных действий на психику и привыкание к насильственным действиям повышают риск самоубийства у ветеранов, участвовавших в сражениях.

Врачи (особенно дантисты), психиатры, медсёстры тоже относятся к группе повышенного риска. У дантистов специфическими факторами являются недовольные пациенты, более низкий статус зубоврачебной науки по сравнению с остальной медициной, высокий уровень конкуренции. В целом, у всех представителей врачебной профессии много стресса, переработки, хроническая усталость. Врачи склонны сами себе ставить диагноз и заниматься самолечением; они зачастую пессимистически смотрят на состояние собственного здоровья и

предпочитают покончить с жизнью, чем дожидаться медленного угасания. При доступности лекарственных препаратов для врачебного персонала, их передозировка – наиболее распространённый способ самоубийств среди врачей.

Глава 6. Признаки угрожающего суицида

Одним из важных знаний, которыми, я считаю, просто необходимо поделиться, – это знание о том, как распознать признаки надвигающейся беды.

- Разговоры или угрозы самоубийства. Все эти разговоры надо воспринимать серьёзно и ни в коем случае не говорить, что угрозы эти делаются, чтобы «попугать».
- Разговоры или письма о смерти и умирании. *Как я уже писала, в разговоре с матерью у Вадика однажды проскользнула фраза о жизни и смерти, что между ними нет разницы.*
- Разговоры о том, что нет выхода, нет надежды, нет цели или смысла жизни.
- Отстранение от семьи, друзей, общества. *Незадолго до смерти Вадик почти не общался ни со мной, ни с родителями. Мы привыкли к тому, что он молчун, и его не тревожили. На День благодарения я ни за что не могла его уговорить прийти ко мне в гости. Это было за неделю до его гибели.*
- Безрассудное или рискованное поведение.
- Беспокойство и гнев. *Вадик внезапно забеспокоился и засуетился в поисках работы и был страшно рассстроен, что ничего не получается.*
- Внезапная перемена настроения (тишина перед штормом). *И это было. Он сказал матери, что успокоился.*
- Увеличенное потребление алкоголя или наркотиков.
- Утрата интереса к любимым занятиям. *Как я уже писала, компьютер, который постоянно был включён у Вадика, два дня перед его смертью стоял выключенным. Это всё было неспроста.*
- Внезапно проявляется интерес к людям, которых не видел долгое время.
- «Прощание». *Единственным человеком, с которым он попрощался, был отец. Вадик поцеловал ему руку утром накануне **того** дня. Ни маме, ни мне Вадик не сказал ни слова прощанья.*
- Старание привести дела в порядок, развязать все узлы, написать завещание. *Я уже писала о поступках Вадика перед смертью: заказать молитву по дяде, отказаться от мобильника, послать мои книги своему сыну в Украину. Он даже снял с груди золотую цепочку с монголовидом, уж не знаю, из практических или религиозных соображений. Каким-то образом чудовищность затеянного сочеталась в его голове с религиозно- сентиментальными соображениями.*
- Раздача ценных вещей или коллекций, того, чем дорожил.
- Стремление получить доступ к орудиям убийства (лекарства, пистолет и т. д.).
- Наличие детального плана, как осуществить самоубийство. *Нет никакого сомнения, что Вадик всё детально продумал, чтобы погибнуть наверняка и чтобы никто не был обвинён в его смерти.*

Если вы заметили у родных или близких нечто подобное, то помните, что, помимо вашего участия, необходимо обратиться к специалисту. Если ваш близкий человек отказывается пойти на встречу с психологом или психиатром, пойдите на приём сами и поделитесь своими опасениями. Вы можете спасти жизнь! Как я себя корю, что я этого не сделала в отношении собственного брата!

Глава 7. Религиозный взгляд на самоубийство

Основные религии мира (иудаизм, христианство, ислам, индуизм и буддизм) традиционно считали самоубийство грехом. Правда, как пишет Г. Чхартишвили, отношение к самоубийству иудаизма «тоже отрицательно, но без запугивания, свойственного воинственному и агрессивному историческому христианству. Ни в Библии, ни в Талмуде суицид как таковой не осуждается. Наоборот, как мы уже видели, некоторые самоубийцы (Самсон, Разис) прославляются как герои и, в отличие от позднего христианства, иудаизм не пытался впоследствии пересмотреть своё отношение к альтруистическому самоубийству – для него было сделано исключение». (65)

Широко известен подвиг защитников горной крепости Масада, где в 73 г. н. э. добровольно покончили с собой тысяча иудеев, чтобы избежать позорного рабства и расправ со стороны римлян. В средние века, чтобы избежать насильственного крещения, целые еврейские общины коллективно кончали с собой, хотя в этом случае вряд ли самоубийство было обусловлено психическими отклонениями или депрессией.

Первые христиане подвергались преследованиям и гибли мученической смертью. Смерть за веру приобрела популярность в раннехристианском мире и ореол, к достижению которого некоторые стали стремиться. Реакцией на популярность принесения себя в жертву стало то, что Святой Августин объявил самоубийство грехом и нарушением шестой заповеди «Не убий». Только Бог, считал Святой Августин, может отнять жизнь у человека. Со временем позиция церкви в отношении самоубийства ужесточилась и привела к тому, что в 1284 году Синод в Наймсе постановил, что тела тех, кто покончил с собой, не будут отныне погребаться в освящённой земле, а только за церковной оградой. Тела протаскивали за повозками и погребали на перекрёстках, чтобы кол проходил через сердце. У семей конфисковывали имущество самоубийц. В 1621 году в Англии вышла книга «Анатомия меланхолии» Роберта Бёртона, которая взвыала к милосердию в отношении самоубийц.

После смерти Джона Донна в 1647 году была опубликована его книга «Биатанатос», отвергавшая мысль, что самоубийство – это грех. Однако преобладающее общественное мнение и законодательство долгое время поддерживали господствующую религиозную позицию в отношении самоубийства. Постепенно под влиянием научных исследований, роста уважения к правам индивидуума и общей толерантности во взглядах западное общество «смягчилось» к самоубийцам и их семьям. Не заклеймить как грех, а понять психологию человека и помочь предотвратить страшную трагедию – таков вектор развития общественного сознания по этому вопросу в странах, где действуют гуманные законы и уважение к правам человека.

Несколько слов об отношении к самоубийству в исламе. Ислам сравнительно мягко относился к самоубийству. Прямого осуждения самоубийства нет в Коране, но встречается в суждениях толкователей Корана. Как пишет Г. Чхартишвили, «... в хадисах, то есть посткоранских преданиях о словах и действиях Пророка, можно найти недвусмысленные угрозы в адрес тех, кто совершает *интихар* (по-арабски это слово первоначально означало «самоумерщвление посредством взрезания горла», однако позднее стало термином, обозначающим любой вид суицида). В одном из хадисов Пророк говорит: «Убивший себя железом будет до скончания века таскать на себе в аду орудие преступления. Отравившийся будет вечно пить свою отраву. Спрыгнувший с высоты будет вновь и вновь падать в самую бездну преисподней». (66)

Тем не менее, несмотря на осуждение самоубийц толкователями Корана, воинствующий современный ислам поощряет самоубийство за веру, и сотни и тысячи террористов-фанатиков проходят тренировку и убивают невинных людей в политических целях. Во времена

ирано-иракской войны поступки самоубийц, нанёсших урон врагу, праздновались, как свадьбы, и до сих пор милитаристские исламисты создают ореол мучеников вокруг одурманенных ядом пропаганды самоубийц и внушают их семьям, что им надо гордиться своими сыновьями и дочерьми и ликовать, а не горевать об их гибели.

Глава 8. «И живые позавидуют мёртвым...»

*Он был мой Север, Юг, мой Запад, мой Восток,
Мой шестидневный труд, мой выходной восторг,
Слова и их мотив, местоимений сплав.
Любви, считал я, нет конца. Я был не прав.
Из У. Х. Одена (перевод И. Бродского)*

*Месяцы и, возможно, годы уйдут на то, чтобы память и сознание
собрали детали в единую картину и, таким образом, изучили и осознали
полную степень потери.*

**Марк Твен. Автобиография (эти слова написаны М. Твеном по
поводу смерти его дочери Сюзи. – Прим. автора)**

Когда погиб ваш близкий человек...

Всякая смерть близкого, любимого человека – это горе. Но люди, потерявшие своих родных и близких вследствие самоубийства, испытывают чувство обвала и катастрофы, помноженное на огромную невыносимую боль. Знаменитая исследовательница и врач Элизабет Кюблер-Росс, автор книги «О смерти и умирании» (67) , оказала огромное влияние на американскую психологию и психотерапию, совершив переворот в этой области. Она заинтересовалась психологическим состоянием умирающих больных и впервые описала череду сменяющихся эмоций, связанных со смертью и умиранием. Доктор Кюблер-Росс считала, что эти чувства применимы не только к людям, которым поставлен диагноз смертельного заболевания, но и ко всем катастрофическим событиям в жизни человека: потеря свободы, развод, бесплодие. В дальнейшем американская психиатрия распространила эти чувства и на семьи, переживающие потерю близких. Ряд исследователей замечает, что неверно думать, будто эти эмоциональные состояния в полном объёме присутствуют у всех и каждого, как и то, что они сменяют друг друга в некоей зафиксированной последовательности.

О каких же чувствах идёт речь?

Шок

Это первая стадия, которая перемежается с чувством неверия и омертвения. Обрушившийся кошмар кажется нереальным. У многих происходит эмоциональная немота. Некоторые не могут оправиться от этого долгие годы, переживая то, что называется по-английски post traumatic stress disorder, или посттравматический синдром, присущий многим ветеранам войны, вернувшимся домой: пережитое снится им по ночам, приходит в виде кошмаров, предстаёт перед мысленным взором так, как будто это происходит сейчас. Особенno сильна вероятность этого психического расстройства у того, кто первым обнаруживает труп или является свидетелем самоубийства.

Мои родители спали, когда Вадик бросился с балкона. Как оказалось, кто-то из жильцов

дома, проходя глубокой ночью мимо, заметил лежащее тело. Позвонили в полицию. Моих родителей разбудил стук в дверь. Увидев полицейских, родители растерялись. «Вы живёте одни?» – «Нет, с сыном». – «Где Ваш сын?» – «Он спит...» Мама в полной уверенности открывает дверь в спальню и видит пустую кровать. «Что с ним?» Полицейские стремительно идут к балкону. Тут папа увидел тапочки Вадика. «Надя, он бросился!» Можно ли это забыть? То, что мои родители не тронулись рассудком и не последовали за моим братом, – это нам просто всем повезло...

Вот что пишет человек, обнаруживший труп любимого: «Ни слова, ни красноречивые описания не могут передать те чувства, которые сотрясали меня, когда я держала холодное серое тело своего возлюбленного. Только тот, кто пережил подобную трагедию, знает о том шоке, гневе и агонии, которые швырнули меня на колени после того, как я обнаружила труп. Я слышала, что я ору: «Нет, Боже, нет!» Я молила Господа пробудить меня от этого кошмара. Никогда я не чувствовала себя столь одинокой. Я раскачивалась и плакала, когда держала безжизненное тело лучшего друга». (68)

Марк Твен, узнав о смерти дочери Джин, ощутил, по его признанию, то, что чувствует солдат, сражённый пулей в живот.

Шок проявляется по-разному. Я уже писала об эмоциональной немоте. Вот одно из свидетельств: «В первые дни после моих утрат я помню, что держала себя под контролем. У меня были сухие глаза во время похорон. Я даже написала надгробную речь. Приветствуя других, я помнила тех, кто праздновал дни рождения и юбилеи. Судя по внешнему виду, я была морем сдержанности и спокойствия.

Тем не менее я знаю, как я себя вела, с чужих слов. Я не могу вспомнить никаких деталей. Происшедшее тогда либо покрыто туманом, либо полностью отсутствует в сознании. Я перенесла всё с такой выдержкой из-за шока, а не силы. Шок провёл меня сквозь часы и ритуалы. Но внутри меня была огромная пустота. То, что другим представлялось силой, было бумажным фасадом. Всё мне казалось нереальным и очень мало отмечалось в сознании. Я двигалась, как во сне». (69)

Чувство нереальности происходящего, дурного сна и, вообще, чувство иллюзорности жизни – всё это мне знакомо, я пережила это на себе. Мир перевернулся и ничего больше не имело значения.

Отрицание

Как больной со смертельным диагнозом не может поверить в то, что преподнесла ему судьба: «Это не может случиться со мной! Я чувствую себя прекрасно!», так и в момент, когда многие сталкиваются с фактом самоубийства их родных и близких, они не могут в это поверить, отрицают. Многие настаивают на том, что это не могло быть самоубийством. Что это убийство. Что их близкий человек никогда бы не подумал покончить с собой. Есть люди, которые проживают в состоянии отрицания всю жизнь, не желая поверить в произошедшее с ними. Так, например, смерть двадцатилетней супермодели Русланы Коршуновой, погибшей от падения из окна многоэтажного дома в Манхэттене в 2008 году, вызвала мощную реакцию отрицания у её матери, которая не хотела поверить в желание дочери покончить с собой. По убеждению многих исследователей, статистика самоубийств занижена во всех странах, поскольку родные и близкие зачастую не хотят поверить в факт самоубийства и представляют произошедшее несчастным случаем. Часто и в самом деле нелегко определить причину гибели: передозировка наркотиков или снотворных препаратов, машина врезалась в столб или дерево, кто-то лез на рожон и с оружием угрожал полицейскому (этот вид самоубийства и

характеризуется как самоубийство с помощью полицейского) и другие неясные случаи. В одном из проводимых исследований, когда интервьюировали родителей покончивших самоубийством молодых людей, почти во всех ответах в той или иной форме присутствовало отрицание. «Большинство родителей отрицали средства совершённого суицида. Это был всегда несчастный случай: она упала или он просто чистил ружьё. Одна родительница призналась, что чувствует стыд из-за самоубийства сына. Отрицание смерти как самоубийства было вызвано усилием родителей отстранить себя от того, что они называли «бесчестием», которое ложилось на их имя и семью. На глубоком психодинамическом уровне они отрицали свою вовлечённость, иногда реальную, а иногда воображаемую. Эти родители просто считали смерть случайностью или убийством и придерживались этого мнения на протяжении восемнадцати месяцев с момента гибели и в продолжение всего исследования». (70)

У нас не было никаких сомнений в том, что палач и жертва соединились в одном лице – в лице моего брата. Мы не могли отрицать очевидное. Начиная со страшного момента, когда я узнала, что сделал мой брат, и до сегодняшнего дня я распутываю клубок его душевных терзаний и его судьбы...

Вина

Людей теряют только раз
 И, след теряя, не находят.
 А человек гостит у вас,
 Прощается и в ночь уходит.
 А если он уходит днём,
 Он всё равно от вас уходит.
 Давай сейчас его вернём,
 Пока он площадь переходит.

Г. Шпаликов

Это чувство исходит из той предпосылки, что мы могли бы повлиять на будущее и изменить его ход, что мы ответственны за решения, которые принимают наши близкие люди. Не стоит, однако, преувеличивать степень своего влияния на судьбы других людей и на их решения.

После гибели моего брата я неустанно внушала своим родителям, что мы действовали всегда, исходя из наших лучших побуждений, в том числе и по отношению к моему брату, и если мы иногда и поступали неправильно, то ошибаться – это человеческое качество, а мы люди. Мы просто люди. Мы не обладали даром предвидения, и никому из нас в голову не приходило, что мой брат может решиться на подобное. К сожалению, как я ни старалась, мой брат в глазах родителей, особенно матери, оставался ребёнком, нуждавшимся в защите. «Если бы я с ним поговорила, если бы ты, если бы отец... Как я его не уберегла?» – эти вопросы сопровождают меня все последующие годы. Их задаёт моя мать, их задаю себе я сама, и при всём моём теперешнем знании о самоубийстве и его причинах чувство вины будет со мной всегда, хотя в гораздо более мягком варианте, чем если бы я ничего не знала и не писала бы этой книги.

Джоэль Ротшильд, у которой любимый человек покончил с собой, вспоминает: «После самоубийства моего возлюбленного друга Альберта мои страдания были уникальными. Я считала, что его смерть – это полное отвержение меня. Меня переполняло мучительное чувство вины в том, что я не была достаточно хороша, что я не верила и не любила его до такой

степени, чтобы он мог поделиться со мной своими страданиями. Я думала, что я могла и что это было в моих силах – спасти его». (71)

Не думайте о том, что вас осуждают. Главное – перестаньте казнить себя сами. Люди в большинстве своём понимают, что вы невиновны в гибели близкого человека.

Джефри Джэксон приводит истории двух молодых женщин, покончивших с собой после долгих лет борьбы с депрессией. Мать одной насилино определила свою дочь в психиатрическую лечебницу, мать другой отказалась от такого шага. В результате дочери покончили с собой, и каждая мать обвиняла себя в том, что не поступила иначе. (72)

Матери и отцы, братья и сёстры, жёны и мужья – словом, все до единого, кого коснулась трагедия, начинают себя вопрошать, что они не сделали или сделали не так, как надо, как они могли бы изменить ход страшных событий. Говорят, муки того, кто покончил с собой, кончаются с его гибелью, но зато начинаются нескончаемые муки оставшихся в живых. Начинается процесс самоистязания, вопросы к самим себе, грызущее и разъедающее душу чувство вины, которое является одной из причин, почему родные и близкие самоубийц сразу попадают в группу риска. Часто самоубийство становится последней точкой страдальческого пути, причём страдальческого не только для того, кто покончил с собой, но и для его близких. Как после смерти тяжело больного человека, болеющего долго и мучительно, его близкие испытывают облегчение, так и в случае самоубийства люди могут испытать подобные чувства и ещё строже казнить себя за них.

Как я уже писала, в нашей семье не было отрицания факта свершившегося. Ни у кого не было сомнений, что произошедшее было целиком и полностью задумано и осуществлено моим братом. Но сколько потом мы винили и продолжаем винить самих себя, как долго вспоминали мельчайшие детали в отношении тех, кто не помог ему, не подсказал. «Как мы не догадались о том, что он задумал?!», «Как мог его друг, врач, не предупредить, что Вадик может повторить попытку самоубийства?!», «Как я могла не прибежать к нему поговорить, зная, что он находится в ужасном состоянии?», «Зачем я сказала ему это, зачем не сказала то?!», «Зачем папа с ним почти не разговаривал?!», «Зачем дядя наговорил всяких ненужных вещей?», «Зачем бывшая жена брата сказала ему, что он всем приносит только зло?» и т. д. и т. п. Мои родители и я долго себя казнили и продолжаем казнить до сих пор. Как мы не углядели? Как могли упустить, проморгать, оказаться слепцами и дураками, не знать очевидных вещей?! Родителям вообще необходимо чувствовать ответственность за своих детей, независимо от возраста последних. Так и моя мама испытывала угрызения совести, подобно молодой мамаше, оставившей ребёнка одного в комнате, а он возьми и подожги дом.

Вот что писал товарищ Вадика после того, как погиб мой брат:

«А помнить Вадика я всегда помню, у меня много фотографий, где мы вместе: и в Баку, и в Москве, на пляже, на Арбате. И всегда, как посмотрю, – защемит, и думаю: зачем, зачем... Если бы почувствовал, побежал бы звонить, писать, что-то делать, чтобы такого не произошло, но не исправить. Ведь в письмах, наоборот, больше просил поддержки я, спрашивал, жаловался на что-то. А по телефону накатывала такая радость, что и поговорить не получалось. Как он радовался, когда я звонил 31 января, пусть невпопад... (31 января – день рождения Вадика. – Прим. автора). Теперь понимаю, что надо было и писать больше, и звонить чаще, чаще, но мы стеснялись открываться, раскрывать свои чувства. А любил он нас всех, но стеснялся, был добрым и прощал, стеснялся открыть свою доброту и ласковость...»

Суициdalная личность обладает искажённым взглядом на действительность. То, что нам представляется разрешимым, видится им совсем по-другому – как проблемы, не имеющие выхода. Кто-то мудро заметил: самоубийство – это окончательное решение временных

проблем. И в этой связи мало что могут объяснить записки, оставленные своим близким. Чаще всего они просят никого не винить в их смерти, утверждают, что всё безнадёжно, что нет иного выхода, то есть добавляют ещё больше тумана в оглоущенное сознание близких. Эдвин Шнейдман, изучивший буквально тысячи записок, оставленных самоубийцами или теми, кто покушался на свою жизнь, пишет, что в ряде записок можно выявить следующие чувства: ненависть к себе или другим, любовь, стыд, страх перед наступающим приступом безумия (вспомним письмо, оставленное Вирджинией Вульф. – Прим. автора) или чувство, что без них будет лучше, то есть обсуждаемое ранее чувство обузы. (73) В большинстве случаев вообще никаких записок не остается. По статистике, записки оставляют в одном случае из пяти (74). И это понятно: мозг человека, глубоко погружённого в депрессию, не функционирует на прежнем уровне.

Мой брат, как я писала, сказал мне незадолго до происшедшего, что он даже анкету заполнить не в состоянии, после чего я забила тревогу, и мы хотели его повести к психиатру, но он отказался.

По воспоминаниям Лидии Чуковской, Марина Цветаева незадолго до гибели сказала: «Вы не можете себе представить, до какой степени я беспомощна. Я раньше умела писать стихи, но теперь разучилась» («Разучилась писать стихи, – подумала я, и – это, наверное, ей только кажется. Но всё равно – дело плохо. Так было с Блоком... незадолго до смерти»). (75)

Мы можем сколько угодно обвинять себя, но факт остаётся фактом: люди, покончившие с собой, сделали этот выбор самостоятельно. Но о выборе в данном случае можно говорить не в полном смысле слова, так как сознание страдальцев было искажено, и они неадекватно воспринимали реальность.

Гнев

«Это несправедливо!», «Я не смогу смириться с этим!», «Почему это случилось именно со мной?!», «Как Бог мог допустить?!» Это гнев на судьбу, на Бога, на врачей или психотерапевтов, на близких, на себя, на умершего, на всех и вся.

«Гнев может быть немедленной реакцией, но он тоже играет необходимую роль в скорби об умершем. Близкие люди покойных часто опасаются сердиться на своих любимых, боясь, что если они начнут, то не смогут остановиться, что они ранят себя и других и другие будут считать их слабыми или ненормальными. Сердиться на умершего кажется предательством, тем не менее они сердились на него, когда он или она были живы. Это нормально выражать гнев подобающим образом. Гнев не означает, что любовь окончена. Он означает, что оставшиеся глубоко скорбят, что их любимый не с ними». (76)

Гнев может быть обращён и на друзей, пытающихся помочь, но делающих это неуклюже, и даже самые невинные замечания могут причинить боль и рассердить горюющего. Когда Пола Д'Арсу потеряла мужа и двадцативосьмилетнюю дочь в результате аварии, она «сердилась на женщин, которые были замужем и жаловались на своих мужей, не осознавая того, что они имели. Я сердилась на семьи, которые были не затронуты, в отличие от моей. Я ненавидела всех, кто имел то, что я потеряла. А затем те самые мысли, такие трудные, заставили меня спуститься ещё на одну ступень ниже. Они заставили меня ненавидеть самое себя. «Что я за озлобленный человек, чтобы иметь такие мысли? – рассуждала я. – Посмотри на себя. Ты полная развалина». (77)

Я покривила бы душой, если б сказала, что мы избежали вполне понятных чувств гнева, досады, обиды, раздражения, какого-то ожесточения против судьбы, против моего брата, против недалёких и неумных замечаний некоторых знакомых. «Как он мог нас бросить? Как

мог оставить старых родителей? Он, наверное, был ужасный человек! Он меня ни в грош не ставил и даже не попрощался со мной! Ему никто не был нужен! Он нас не любил...» Все эти чувства и восклицания были продиктованы нашим горем и были по существу несправедливы. При чём здесь мы? Он мучился один со своими внутренними демонами и погиб один...

Депрессия и отчаяние

Печаль, чувство поражения и безнадёжности часто овладевают человеком, пережившим утрату. Скорбь и горе отравляют его существование. Тут нет календаря, по которому скорбь должна отпустить. Тот срок, который годится для одних, не подходит для других.

Я помню, как я ложилась и вставала с мыслью о брате. Такое состояние продолжалось довольно долго. Слёзы лились по всякому ничтожному поводу. Когда я пришла утешать соседку, у которой внезапно умер муж, то плакала я, а соседка сидела с сухими глазами, и я виновато ей объясняла, что недавно погиб мой брат. То же самое повторилось, когда я позвонила выразить соболезнование своей бывшей начальнице, у которой умерла сестра. Я слушала песню «Маленький принц» и оплакивала своего брата. Он был моим «маленьким принцем», сокровенной частью души, которой я лишилась... Состояние глубокого горя и печали, в которое погрузилась наша семья, – об этом невозможно рассказать. Слабое представление об этом могут дать мои стихи, посвящённые брату. В то же самое время надо различать чувство горя, что совершенно естественно и натурально, и состояние депрессии. До сих пор горюют мои родители, и их горе останется с ними до конца. Моя забота – скрашивать их существование, хотя никогда один ребёнок не заполнит в их сердцах того места, которое занимали мы вдвоём.

Вот что пишет Айрис Болтон, автор книги «Мой сын, мой сын...», которая, сама будучи психотерапевтом и многодетной матерью, испытала потерю молодого талантливого сына, покончившего с собой: «Я чувствовала шок, замешательство, я была ошеломлена. Я чувствовала себя виновной и в ответе за происшедшее. «Это, должно быть, моя вина, – говорила я. – Это моё поражение. Должно быть, я плохая». Я чувствовала себя отвергнутой, что вело к жалости к самой себе. «Он предпочёл смерть жизни со мной», – можно описать и так. Чувство отверженности вело к вопросу: «Почему именно я, Господи? Что я сделала, чтобы заслужить это?» Я чувствовала гнев, огромный и всепоглощающий. Я была сердита на Бога, на себя и, в конце концов, на своего сына. Иногда я даже чувствовала себя виноватой за то, что я была так зла. Чувство неотвратимой несправедливости преследовало меня. Я чувствовала стыд. Я спрашивала себя: «Что мои друзья думают обо мне и о нашей семье? Как могу я снова видеться с ними? Это так унизительно».

Я чувствовала себя изолированной даже в окружении людей... Я чувствовала себя беспомощной, слабой и безжизненной. «Я не могу отменить смерть моего сына, – думала я. – Я не могу начать жизнь заново и не могу справиться с этим горем».

Я чувствовала себя беспомощной, депрессивной и была готова покончить с собой. Боль становится глубже и глубже. «Я не могу так продолжать. Я хочу умереть». (78)

Все перечисленные чувства относятся к наиболее часто упоминаемым в психологической литературе. Скажу о том, о чём упоминания не встречала, – о чувстве страха. Юлик, мой племянник, спрашивал свою мать: «Не может ли такое произойти со мной?» Подобным вопросом задавалась моя дочь и несколько лет не ходила на кладбище...

Слёзы, крики, гневливые вспышки, потеря сознания – эти реакции могут сопровождать скорбящих, повторяться в разное время. Люди чувствуют, что сходят с ума и теряют контроль над собой. Кто-то постараётся избегать тех, кто им напоминает о трагедии, захочет переехать и

поменять обстановку и прежнее окружение, кто-то замкнётся в себе, кто-то будет видеть кошмары по ночам или видеть происшедшую трагедию, как наяву, кто-то потеряет интерес к жизни, кто-то будет конфликтовать с близкими. Все горюют по-разному, и надо это понимать и стараться бережнее относиться друг к другу, не осуждая никого за якобы странное проявление скорби. Чувства нельзя игнорировать, они нуждаются в том, чтобы быть излитыми, признанными: люди нуждаются, чтобы их поддержали в горе.

Стигма, скрывание

Я уже писала выше о том, что во многих семьях стараются отрицать факт самоубийства, и поэтому статистика, касающаяся суицида, занижена. Некоторые искренне не хотят верить в то, что произошло. Так, в глазах жены признать случившееся значило бы то, что муж её бросил; для матери – что она оказалась не нужна собственному сыну, что страшно унизительно. Это бы означало, как полагают участники трагедии, признать перед всем миром свою несостоятельность и поражение, что, конечно же, в девяносто девяти процентах случаев совершенно неверно и далеко от реальности, но сами чувства от этого не перестают существовать. Поэтому не удивительно, что некоторые семьи объявляют «заговор молчания» и не хотят обсуждать ни между собой, ни с кем бы то ни было произошедшую с ними катастрофу. Бывали случаи, когда много лет спустя, словно вырвавшийся пар из бутылки, лились признания людей, мучивших и терзавших себя всю жизнь этим stoически упорным и никому не нужным молчанием.

Однажды я решилась наконец пойти в группу поддержки, организованную для тех, чьи близкие покончили с собой, под эгидой общества «Добрые Самаритяне». Там были люди, которые сознавалась, насколько тяжело им было носить в себе и никому не раскрывать свои переживания по поводу кончины близких. Некоторые годами молчали и мучились, мучились и молчали...

«С того момента, как мы узнали о смерти нашей дочери, я поняла, что слово «самоубийство» обладает властью стереть её жизнь, высветив её смерть неоновыми буквами в мозгах друзей и коллег. В первые дни безутешного горя у меня бродила мысль о том, чтобы никому не говорить о её смерти, чтобы она оставалась живой в мыслях тех, кто знал её, забывая, что я уже оповестила нашу семью и близких друзей. Это было сказочное пожелание, придуманное мной, чтобы хоть на мгновение исчезнуть из немыслимой реальности её смерти. Если никто не признает её смерть, будет ли она жива?

Моя фантазия исчезла в холодном свете последующих дней. Я знала, что мы никогда не обесчестим память Ронды, скрыв её самоубийство. Я написала письмо друзьям и родственникам, сообщая им о событиях, приведших к её смерти. Я надеялась, что моё письмо утихомирит неизбежные слухи, потому что оно открыто признавало её депрессию и решение покончить с собой. Я умоляла их говорить с нами о ней часто и открыто; поступить противоположным образом значило бы отрицать её существование.

В своей откровенной книге «Раскрывая секреты» великий теолог Фредерик Бакнер описывает самоубийство своего отца, произшедшее, когда автор был ещё ребёнком. Заговор молчания, навязанный Фредерику и его брату, наложил глубокий отпечаток на его развитие и отношения с членами семьи. «Мы больны, как и наши секреты», – заключает Фредерик... Джойс Эндрюс в статье «Самоубийство: как мы говорим о нём?» пишет: «Мы, чьи дети забрали свои жизни, должны сделать всё возможное, чтобы избавиться от секретности и клейма, которые окружают их смерти. Если мы позволим этому сохраниться, то мы тем самым

приуменьшим значение жизни наших детей. Они заслуживают большего». (79)

К сожалению, страх перед людским судом не всегда бывает необоснованным. Иногда родные и близкие покойного сталкиваются с шушуканьем за их спинами, молчаливым или явным неодобрением по поводу их поведения и обвинениями в их адрес. Такое поведение по отношению к людям, переживающим подобное горе, просто бесчеловечно. Они и так казнят себя каждый день!

Наша семья всегда была очень открытой и откровенной по характеру, и поэтому скрыть и замолчать трагедию подобного масштаба было невозможно для нас с самого начала. Это не значит, что мы готовы всем и каждому рассказывать о том, что произошло. Если незнакомые люди спрашивают мою маму, сколько у неё детей, она зачастую упоминает только меня. Слишком больно и не нужно говорить незнакомцам то, что ни объяснить, ни до конца понять невозможно.

У мамы сразу после самоубийства Вадика была мысль, что нужно скрыть правду от моих детей, но теперь, по прошествии времени, я не представляю, как это было бы возможно. Мы всё время говорили о нём, с детьми и без детей, и я думаю, это правильно, и это самое лучшее, что можно посоветовать тем, кто мучается от боли утраты. Людям надо говорить о своём горе и плакать столько, сколько они хотят. Нужно дать им возможность рассуждать и думать на эту тему, сколько они хотят. Никакие советы типа «не думай об этом» не помогают, а только раздражают. Сужу по собственному опыту. Меня раздражали не только эти советы, но даже счастливая готовность некоторых друзей и знакомых перейти на «безопасный» предмет разговора. То чувство облегчения, которое я читала на некоторых лицах при перемене темы, мне было неприятно, как бы абсурдны ни были мои собственные ощущения.

После того как мой брат убил себя, я каждый день говорила с моими родителями, особенно с мамой, по телефону или во время встречи. Сколько бы лет ни прошло, ясно одно: мы навсегда оказались искалеченными нашей трагедией. Ни наша семья, ни наши отношения не будут прежними, ничто и никто уже не восстановит прежнего мира и прежних нас.

Что для меня значила смерть брата

Про свои чувства говорить трудно: это была целая буря, истрепавшая и истерзвшая. Там была и обида на брата (бросил меня и оставил одну доживать свои дни с грузом забот и тягот, с ответственностью за близких), и злость на себя как на полную идиотку, не видевшую очевидного, безграмотную дуру, не сумевшую помочь единственному брату, и недовольство родителями и мужем, что не сумели подобрать ключи к сердцу моего любимого брата, и боль, и жалость к брату, испытывавшему перед смертью нечеловеческие муки, раз он решился на такое, и чувство нереальности и абсурдности происходящего, то чувство, о котором, наверное, писал Вадик в одном из своих писем: «Сердце вырвано». Удивительно, но годы спустя, я наткнулась на стихотворение известного поэта, друга Сергея Есенина, Анатолия Мариенгофа, из рукописного сборника «После этого». «После этого» означало после трагедии, постигшей семью Мариенгофа, когда его единственный, любимый, умный, одарённый семнадцатилетний сын покончил с собой.

Там место не открытое,
Над белой вазой клён.
Душа моя зарыта там,
Где сын мой погребён.

Всё кончено,
Отказано
Волненью горьких лет,
Ведь я лежу под вазою,
Гуляя по земле.

Ничего не зная об этом стихотворении, я написала строки «душа моя зарыта там, где мой брат», которые абсолютно аутентично передавали моё мироощущение. О трагедии Анатолия Мариенгофа мне рассказал позднее писатель Владимир Соловьёв, которому я дала прочесть свои стихи о Вадике.

Где-то я прочла, что для брата смерть сестры (и наоборот) противоречит всему сложившемуся в сознании миропорядку, при котором наши братья и сёстры живут на этой земле, пока мы живы. Они, помимо мужей и жён, наши естественные спутники, данные Богом и родителями. Дико и неестественно терять их на любом отрезке жизненного пути, но особенно страшно, если эта потеря происходит при обстоятельствах, подобных нашим...

После смерти Вадика у меня было абсурдное чувство, что он присутствует везде, что его душа / дух где-то рядом и наблюдает за всеми моими действиями, одобряя или осуждая их. Птица ли сидет рядом, бабочка ли вспорхнёт – всё казалось вестью о нём, каким-то знаком, означающим его незримое присутствие.

Чувство физической боли. Ощущение, что тебе дали под дых, ударили по самому больному и сокровенному. Я читала, что люди, потерявшие близких, чаще жалуются на физическую боль, словно ощущают симптомы болезни. Врачи знают об этой закономерности и не удивляются. Я тоже, помню, ходила к врачу и жаловалась на боли в области сердца. Была ли это боль физической или метафизической? Скорее второе, чем первое.

Я всегда любила своего брата, но до момента потери я никогда в такой острой степени не чувствовала, как он мне необходим, какое это было счастье – знать, что у меня есть брат, как важно было его физическое присутствие в мире, пусть и не рядом со мной. Кто-то заметил, что только братья и сёстры понимают, что такое жить в определённой семье, только они объединены общим прошлым и имеют богатство воспоминаний, которые никто в мире не сможет разделить и понять. Чувство братской и сестринской любви для меня – святое чувство. Это любовь в чистом виде – просто чувство близости и желание добра родному тебе существу. Я не сомневаюсь, что мой брат меня любил, как и я любила и продолжаю любить его. В одной из книг о горе и прощании с близкими я прочла, что наши отношения не кончаются со смертью наших любимых людей. Мой брат навсегда будет со мной. Мой любимый, мой единственный, мой Маленький принц. Когда после смерти брата я не знала, как мне утешить горевавших родителей, мы пошли однажды с мамой в городской оперной театр и там прослушали великолепную постановку «Маленького принца». Надо ли добавлять, что мы облились слезами после спектакля...

Есть мнение, что люди воспринимают самоубийство близких как свидетельство того, каковы они сами и каковы были их отношения с покойным. Я испытала глубокое чувство провала. Словно студент, не выдержавший испытания, я чувствовала, что провалила экзамен на жизнь, что я была плохой сестрой. Вадик бросил меня – значит, я это заслужила.

Я чувствовала суеверный ужас: мы все прокляты и обречены на страдания, раз такое случилось. На родительском доме лежит печать проклятия, и мы все замараны позором до конца наших дней.

Моя жизнь раскололась на две половины, которые никогда не воссоединятся. До и после ЭТОГО. «Времён связующая нить» оборвалась, и никто не в силах теперь её связать воедино.

То, что случилось, казалось мне абсурдом, дурным сном, который может окончиться – и всё восстановится, как было. Мне было досадно, что он погиб и теперь лишил меня возможности капитуляции перед жизнью, приковал меня, словно Сизифа, к своей доле и что отныне я обречена стареть, болеть, переносить утраты, а он навеки останется молодым и не знающим ни о чём плохом, что может принести будущее.

Однажды я увидела Вадика во сне за праздничным столом. Отведя его в сторону, буквально наподобие церковника, клеймящего грех, я заявила: «ТЫ ЭТО СДЕЛАЛ!» Проснувшись, я покаянно осознала, что ни вопроса ему не задала, ни прощения не попросила, а только, как прокурор, перстом указующим заклеймила, как в детстве, когда я, вместе с родителями, обвиняла его в проступках и негодовала...

Как-то мама видела его во сне и спросила, почему он резал себе вены в Израиле. Вадик ей ничего не ответил...

Я испытала крушение всех надежд, связанных с моим братом. Я надеялась, что он когда-нибудь вновь обзаведётся семьёй, что у него будет хорошая работа, что мы будем радоваться его успехам и наша семья будет расти. Всё оказалось разрушено в одно мгновение. Мой брат никогда не увидит, как выросли мои девочки, он никогда не сможет быть поддержкой и опорой ни для меня, ни для своих старых родителей, он не узнает, что станет с его сыном и будут ли у него внуки. Полагаю, Вадик думал, что, вычеркнув себя из нашей жизни, он нашу жизнь облегчит, но на самом деле он безмерно изуродовал и утяжелил её.

Я почувствовала на себе, что горе не уходит. Оно, как волны океана, то наступает, то отступает. В самом лучшем случае оно становится частью вашего опыта. Правду говорят: то, что не убивает вас, делает вас крепче.

Смерть Вадика навеки изменила моё отношение к смерти и личным утратам. Я стала лучше понимать других, страдающих от потери близких. Я с ужасом вспоминала, как невнимательна я была порою к своим знакомым и родственникам, перенёсшим личные трагедии, как мало я с ними говорила на эти темы, такие сокровенные и болезненные.

Смерть Вадика привела меня к тому, что я увидела свою личную миссию в том, чтобы облегчать горе людям, пережившим подобную трагедию. Я вступила в Американское общество по предотвращению самоубийств (AFSP), прошла обучение для того, чтобы посещать людей, которые пережили утрату близких (с их согласия, конечно). Книга, которую вы читаете, тоже часть этой миссии, такой важной для меня.

Одна из пострадавших пишет о смерти брата или сестры: «Я стала думать о скорби брата или сестры как об «уценённой» скорби. [...] Люди волнуются о скорбящих родителях и обращают очень мало внимания на горюющих братьев или сестёр. Моя «любимая» цитата касательно этого: «Позаботься о своих родителях». Я хотела бы знать, кому положено позаботиться обо мне, но не могла это спросить.

Скорбь по сестре или брату может отличаться от скорби родителей о потере ребёнка, но нельзя её недооценивать. Людям надо понять, что очевидна боль, которую чувствуют родители, потерявшие ребёнка, но сильна также боль сестры или брата, потерявших невосполнимого друга. [...] Потеря сестры или брата – это часто первый их опыт, касающийся смерти молодого человека. Молодые люди думают, что они будут жить вечно». (80)

Ей вторит Элизабет Де Вита-Рэберн, написавшая книгу о своём брате, который умер ещё мальчиком от тяжёлой болезни: «...Мне трудно понять, почему потеря брата или сестры долгое время считалась менее значительной, чем другие утраты. Только за последние двадцать лет она была признана как травма, приближающаяся к потере родителя или ребёнка. Всё ещё, несмотря на усилия некоторых экспертов, многие из которых сами потеряли сестру или брата, и это их побудило проводить исследования, чтобы ответить на собственные вопросы, эта идея не

принята всецело. Хотя приблизительно двадцать пять процентов американцев потеряли сестру или брата, эта потеря находится в тени потери родителями их ребёнка. Когда умирает взрослый человек, эта утрата находится в тени утрат, выпавших на долю супруга или супруги и детей умершего... Когда спрашивали о моём брате, руководствуясь самыми хорошими намерениями, соболезнующий качал головой и говорил: «Как это должно быть ужасно для твоих родителей». **(81)**

Когда умер брат Элизабет, она была девочкой и старалась вести себя хорошо, чтобы не огорчать родителей, но на самом деле у неё были серьёзные проблемы, которые она от всех скрывала. Элизабет как бы «заморозила» своё горе. Никто не замечал, как она страдает, а она запрятала все свои глубокие чувства к брату и память о нём в «шкаф» и продолжала паковать этот «шкаф» до тех пор, пока он уже не вмешал содержимое и буквально трещал по швам от напора. Тогда-то Элизабет начала встречаться с психотерапевтом и медленно, но верно смогла добраться до корней своего тяжёлого внутреннего состояния и обнаружить, что причина этому – то, что она не «отгоревала» смерть своего брата, что в ней не видели человека, перенёсшего огромную утрату, и что это непризнание значимости утраты повлияло опосредованно на неё. Начался тяжёлый и мучительный процесс исцеления, результатом которого стала книга, отрывок из которой я привела выше.

Как объяснить самоубийство детям? Можно сказать им, что человек был болен, у него умственная болезнь, из-за которой он не захотел жить. Не надо думать, что, скрывая от детей происшедшее, мы их «оберегаем». Дети чувствуют ложь и фальшь, и нельзя их обманывать. Нужно только дать им понять, что их близкий не был плохим человеком, но его выбор был плохим. Ещё раз подчеркну, что в данном случае мы не можем говорить о выборе в полном смысле этого слова. Рациональный выбор и поиск альтернатив возможен для здорового ума. Суицидальные же личности находятся в таком состоянии, что не видят альтернатив своему страшному решению. Это не значит, что альтернатив не существует. Пока человек жив, есть надежда. С его смертью – конец всяkim надеждам.

Это мы ясно почувствовали на примере моего брата. Как мы мечтали, что у него будет семья, что он будет работать, обретёт покой и достаток, будет иметь собственное жильё. Родители представляли, как он будет разъезжать на собственной машине или откроет бизнес. Они были готовы ему всячески помочь в этом и с ним несколько раз на эти темы говорили. С его смертью все надежды оборвались...

Невозможно передать горе моих родителей. Моя мама замкнулась и буквально не хотела никого видеть, мой папа, такой жизнерадостный и жизнерадостный, тоже изменился и горевал по-своему. Мама, у которой в мае 2005 года предстояло семидесятилетие, сказала, что отмечать его не будет, и действительно, мы не отметили этот день, только близкие поздравили маму, а я подарила ей кольцо с чёрным камнем. И по сей день мама отказывается ходить на празднования и юбилеи, которые устраивают друзья и знакомые моих родителей. А папа не хочет ходить без неё...

Если тот, кто намеревается покончить с собой, думает, что его уход будет облегчением для родных и всем будет лучше без него, то он глубоко заблуждается. С гибелю человека его родственникам становится хуже в неизмеримое число раз. Рушится привычный мир, зачастую даже рушатся семьи, оказавшиеся не в силах справиться с грузом вины и взаимных обвинений...

Принятие: мифы и факты

«Мы ничего не можем изменить», «Всё в руках Божьих». В конечном счёте, все мы

приходим к этому, но через какие муки? Как сказала Айрис Болтон, приходит «понимание, что вы никогда не будете теми же, но ваша жизнь будет продолжаться, а с нею поиск смысла и цели». (82)

Джеффри Джэксон утверждает, что принятие того, что произошло, сходно с процессом отделения мифов от фактов. Вот несколько примеров, которые он приводит. (83)

Миф, который мы должны отвергнуть. Факт, который мы должны принять

Это моя вина, что случилось или... Это вина врача, супруга, родителей и т. д. Единственный человек, который несёт ответственность за происшедшее, – это самоубийца.

Если бы я смог или смогла остановить эту попытку, всё было бы хорошо. У меня нет возможности узнать, что случилось, если бы всё произошло по-другому. Многие пытаются покончить с собой, несмотря на неоднократные попытки их спасти, даже находясь под присмотром опытных врачей.

Тот, кто погиб, – ужасный человек, так как он совершил такое. Человек, которого я потерял или потеряла, вероятно, страдал от эмоционального заболевания.

Человек, который погиб, был святым и не мог сделать ничего дурного. Тот, кого мы потеряли, сделал трагический выбор закончить свою жизнь.

Я бы мог или могла спасти его. Я только человек и не в состоянии контролировать события вокруг меня.

Я никогда не смогу быть счастливой. Моя жизнь навсегда переменится из-за этой утраты, но она будет продолжаться.

Я знаю, что обо мне думают. Часто близких людей самоубийц стигматизируют, но не надо проецировать свои негативные мысли на остальных.

Мне хочется привести отрывок из письма товарища Вадика, написанного недавно, через несколько лет со дня смерти моего брата.

«Все наши родные, близкие, друзья – они рядом с нами, Лиля. Ведь поэтому мы ходим к ним на кладбище, вспоминаем их, встречаясь вместе: «Вадик сказал», «А помнишь...». Эти воспоминания не надоедают и не кончаются. Для меня, если раньше Вадик уехал далеко в Америку и поговорить можно было только по телефону, – теперь он просто где-то дальше. А поговорить с ним можно, тихо напившись одному дома или ударившись в воспоминания с боевыми товарищами... Виталик всегда – по нему видно – очень переживает, но молчит, молчит тяжело, а выпив, кричит, машет руками: «Почему он не приехал сюда?!»... Ну, не приехал он, рано или поздно, приедем мы к нему... Но никак не укладывается, что так могло подействовать на Вадика – ведь он совсем не слаб, сколько всего бывало тяжёлого, грустного, обидного... Ведь как-то вылезали, забывалось, отвлекалось... Может быть, одиночество? Может быть, нелады с Харьковом... Тима говорил о попытке само..., но не верится, ну не укладывается. И в письмах его ничего не чувствовалось...»

Я, приезжая в Покров на кладбище, разговариваю с мамой, с Геной, и верится, что они слышат и мы не остались одни... Потому что там каждую весну распускаются новые цветы. Когда бываю один, разговариваю с Вадиком – ведь они разговаривают с нами, когда сняться нам?»

Ведь она такая таинственная и неизведанная, эта страна слёз.
Антуан де Сент-Экзюпери

Это очень деликатная область, область чувств, и после случившегося с братом я сделала множество открытий, которые повлияли на моё отношение ко многим людям. Те, кто казались отдалены, вдруг неожиданно стали близки и проявили удивительную чуткость и деликатность. Некоторые знакомые и друзья то ли от шока, то ли от незнания, как себя вести, вообще оказались отрезанными от нашей семьи и надолго замолчали. Позднее я узнала, что это очень распространённая реакция. Люди не знают, что сказать, как реагировать, и перестают общаться с семьёй погибшего. Сказать по правде, всех, абсолютно всех без исключения я теперь пропускала через призму того, как они восприняли то, что произошло у нас, и как они себя повели. Целому ряду знакомых я не могу внутренне простить той нечуткости, которую они проявили. Если они не позвонили, не пришли, не выразили своего соболезнования, то как друзья они для меня перестали существовать. Некоторые, узнав о том, что произошло, надолго (наверное, уже навсегда) «выключились из нашей жизни». Мой бывший издатель, теперь уже покойный, узнав о моём горе, даже не выразил толком соболезнования, а что-то стал говорить о своих делах и заботах. Я холодно с ним распрошлась, и наши отношения навсегда прервались. Теперь я уже знаю, что многие люди, столкнувшись с подобным горем, не знают, что делать и что говорить, и часто поступают не так и говорят не то. Не следует их за это осуждать, но на собственном опыте я знаю, что многое забыть просто невозможно.

Я не могу забыть, как одна знакомая спросила про мою маму: «Что она всё хнычет?» Я смолчала только потому, что отнесла её реплику к старческому слабоумию и грубости, так ей присущей. Или я говорила с моей коллегой и чувствовала, как её тяготит моё настроение, как ей хочется обсуждать обычные дела, и, хотя умом я понимала, что это желание совершенно естественно, мне была неприятна эта её всегдашая готовность улыбаться, забыв о том, что было у меня на душе. Если я слышала комплимент, как я хорошо выгляжу, то, кроме раздражения, у меня эти слова ничего не вызывали. Я помню, где-то читала, как Ольга Берггольц не могла простить Николаю Чуковскому комплимента, сказанного вскоре после того, как она похоронила своего мужа.

Мне было тяжко и неприятно слышать, что мой брат был болен, – всё равно, кто это говорил и сколько прошло времени; мне не нужно было знать, что мне и моим родителям полегчает через энное количество времени или лет; меня раздражали улыбки, хотелось спрятаться от всех и забиться куда-нибудь в угол, стать невидимкой. Моя мама долго не могла себя заставить возобновить занятия в группе по изучению английского, куда она до этого ходила. Ей потребовался год или два, чтобы вернуться к своим прежним знакомым. Ей было стыдно, что она упустила своего сына. Чувство понятное, но совершенно неоправданное. Как будто мой брат был младенцем, а она обладала даром всеведения!

Джун Колф, пытаясь помочь тем, кто не знает, что сказать людям, горюющим о потере близких, предлагает следующее. (84)

Что не говорить Что говорить

Время лечит. Вы, наверное, чувствуете, что эта боль никогда не пройдёт.

Вашему любимому уже лучше, он отмучился. Ваш любимый уже не страдает, но я знаю, что вы страдаете!

Бог никогда не даёт нам больше, чем мы можем вынести. Вам, должно быть, очень тяжело.

Страйтесь не плакать. Плачьте столько, сколько нужно.

Я знаю, что вы чувствуете. Я не могу даже вообразить, что вы чувствуете.

Всё будет хорошо. Пожалуйста, дайте мне знать, как я могу помочь.

Дайте мне знать, если нужна моя помощь. Я позвоню завтра, чтобы узнать, чем я могу помочь.

У вас есть дочь, внуки, жена и т. п. Скажите горюющим о том, как вы скорбите об их утрате или расскажите что-то хорошее об умершем или умершей.

Не говорите скорбящему: «Будь сильным», «По крайней мере, он не страдал», «Он сейчас в лучшем месте» или «Он успокоился», «Постарайся об этом не думать», «Время двинуться вперёд», «Вам пора успокоиться», «Когда вы возвращаетесь на работу?» и т. д.

Не говорите скорбящему, что надо быть благодарным судьбе, что умерший прожил столько-то лет. Это никак не уменьшает боль и, в сущности, является бесполезным напоминанием.

Я говорила своей матери, пытаясь её утешить, что мы должны быть благодарны судьбе за то, что Вадик прожил сорок два года, если примем во внимание его рискованное поведение. Глупо и бесполезно было с моей стороны говорить подобное, теперь я это осознаю. Скорбящий не может испытывать благодарности к судьбе, которая так с ним жестоко обошлась! Не желайте невозможного и не говорите пустые слова.

По свидетельству одной матери, у которой сын покончил с собой, ей было очень больно, когда люди из лучших намерений говорили следующее: «Когда вы успокоитесь?» (это было через три месяца после его смерти), «Это был его выбор, отпустите его» (как будто он чувствовал, что у него вообще есть выбор), «Это была Божья воля» (что у них за Бог? Мой Бог слишком меня любит, чтобы причинить такую боль!). И самое худшее, что можно сказать родителю ребёнка, погибшего от самоубийства: «Вы понимаете, что душа вашего сына в аду, потому что самоубийство – это непростительный грех в глазах церкви» (в ответ на это я хочу заорать! Нет ничего в Святом Писании или у церковного авторитета, что поддерживало бы это невежественное утверждение). (85)

Айрис Болтон советует не проводить никаких сравнений ни с кем, ни с одной семьёй. Не советуйте им, что им чувствовать, не старайтесь изменить их чувства или повлиять на них. Не проповедуйте, не говорите, что то, что случилось, – это Божья воля. Не советуйте им звонить в любое время, если вы не готовы отвечать на звонок в три часа ночи. Не предлагайте без конца свою помощь, а помогите! Не переводите разговор на другую тему, не избегайте повторять имя покойного. Большинство семей хотят слышать это имя снова и снова. Не меняйте комнату покойного. Когда члены семьи готовы, они сами сделают это. Не старайтесь найти какой-либо моральный урок в этой трагедии, ничего позитивного. Никогда не намекайте, что покойному не оказывалось достаточно помощи или поддержки. Близкие и так одержимы чувством вины. (86)

Старайтесь не задерживаться во время первого визита к семье умершего. Чем меньше будет сказано с вашей стороны, тем лучше. Избегайте клише и шаблонных слов и никоим образом не приуменьшайте утрату. Не навязывайте беседу, а лучше побольше слушайте. Не возражайте, не переходите на другой предмет беседы, просто слушайте. Не объясняйте скорбящему, что он чувствует. Вы не можете этого знать. Не расспрашивайте про детали происшедшего, если вам об этом не говорят.

Не забирайте одежду, фотографии, не критикуйте то, что делают родные. Тут надо постараться действовать очень осторожно. Одна женщина, узнав, что у её двухлетнего сына опухоль мозга и ему остались считанные дни, попросила свою мать убрать всё связанное с ним из дома и сделать это до их возвращения из госпиталя после того, как умер ребёнок. Когда женщина вернулась в опустевший дом, то поняла, что сделала ошибку, но было поздно... Ни в

коем случае не настаивайте на том, чтобы родные и близкие убрали вещи или фотографии покойного. Даже они могут в этом случае ошибиться, а каково будет вам нести ответственность за непоправимое!

Моя подруга пыталась меня убедить, а я стала убежждать своих родителей, что им необходимо переехать, а не оставаться в той квартире, где произошла трагедия. Моя мать сказала: «Куда я уеду от себя?» – и постепенно противоположные доводы заглохли. Балкон, предмет зависти знакомых и родственников, с которого бросился мой брат, для меня и до сих пор проклятое место, и мне противно слышать любые похвалы в его адрес, но я прихожу к своим родителям каждую неделю и выхожу иногда на этот балкон...

Помните, что нельзя утешить, когда нет утешения, и невозможно найти смысл в бессмысленной смерти, особенно в случае самоубийства. Не говорите с другими о пустяках или обыденных вещах в присутствии скорбящих, даже если вы это делаете из лучших намерений, чтобы «отвлечь». Горюющего отвлечь невозможно.

Постарайтесь утешить детей, поговорить с ними. Если совершено самоубийство их близким человеком, ни в коем случае не говорите, что убивший себя был плохим. Надо сказать, что он был болен и что болезнь убила его. Он поступил плохо, ужасно, но он не виноват, так как был болен и не понимал, что делает.

Напишите о том, что вы помните об умершем, как вы его любили или что-нибудь хорошее о нём. Это будет воспринято с огромной благодарностью. Не избегайте упоминать умершего и произносить его имя. Всё равно о нём никто не забыл. Каждое упоминание – это бальзам для израненной души, подтверждение, что люди помнят о вашем любимом. Если вы не знаете, что сказать, не говорите ничего, кроме двух-трёх слов соболезнования. Будьте просто рядом.

Не обижайтесь на то, что горюющий избегает одних друзей, тянется к другим. Иногда это вызвано тем, что у него связаны болезненные воспоминания о покойном с определёнными людьми, причём необязательно негативные. Счастливые минуты, которые были проведены вместе с некоторыми семьями, друзья и сверстники умершего ребёнка – всё это может болезненным эхом отдаваться в сердцах скорбящих. Если вы настоящие друзья, то поймёте и будете продолжать напоминать о себе, приглашать и поддерживать, даже если ваш друг ведёт себя непонятным образом. Пройдёт время, и он к вам вернётся, нужно только набраться терпения.

Будьте чуткими к просьбам скорбящих. Не вам решать, что им нужно и что не нужно, что глупо, а что умно...

После смерти Вадика я попросила одну его знакомую, которой он помогал в Израиле, написать о нём. Меня больно задел её отказ: «Это ему уже не нужно...» Хотелось ответить, что да, это ему не нужно, но нужно мне, и всё же я промолчала...

Когда скорбящий вернётся к нормальной жизни, обращайтесь с ним, как с обычным человеком, без подчёркнутой жалости. Если же вы чувствуете, что ему нужна психологическая помощь, мягко предложите это. (87)

Список того, чего не делать, можно продолжить, добавив к нему то, что можно сделать и чем практически помочь пострадавшим семьям. Вы можете мягко и ненавязчиво предложить свою помощь в уходе за домом, в выполнении любых домашних обязанностей, в том, чтобы отвечать на телефонные звонки, обзванивать друзей, отвезти на кладбище или похоронный дом, помочь в организации похоронной службы. Не забывайте напоминать скорбящим, что им надо поесть и отдохнуть. Постарайтесь ни в чём не быть назойливыми и проявляйте максимум терпения и выдержки. Страйтесь больше слушать, чем говорить. Слушайте с состраданием и не выносите никаких моральных оценок.

Мне запали в душу три фразы из одной книги о том, как помочь скорбящим: «Самая

большая ответственность у тех, кто любит, – это слушать», «В темноте глаза начинают видеть» и «Все, кого мы по-настоящему любили, – это часть нас». (88) Не правда ли, хорошо?

Глава 10. Как помочь самим себе

Эмоциональная реакция часто проявляет себя физическим образом. Родные и близкие погибших могут потерять сон, чувствовать усталость, неспособность к концентрации внимания. Важно продолжать есть, пить, делать физические упражнения, прогуливаться, плакать, когда хотите. Не прибегайте к алкоголю и наркотикам, так как боль не уйдёт, и это путь к саморазрушению. Принимайте успокоительные лекарства по предписанию врача.

Избегайте скоропалительных решений, касающихся вещей покойного, переезда, смены жилья, развода. Дайте себе время. Многие семьи испытывают раскол и разброда после случившегося, но постарайтесь не обвинять друг друга и проявить терпимость и доброту к себе и другим. Не забывайте о детях, о братьях и сёстрах, которые страдают очень глубоко об утрате. Страйтесь включать их во все главные решения и обсуждения, связанные с покойным.

Страйтесь не изолироваться, как бы вам этого ни хотелось. Поддержка близких и родных, друзей и коллег, вашей религиозной общине может очень помочь. Поделитесь своим горем с другими или поговорите с психотерапевтом. Не бойтесь раскрывать свои чувства, но, конечно, не всем и не каждому, а тому, кому можете довериться.

Страйтесь не устанавливать срок, когда вам надо прийти в себя. Если необходимо, возьмите дополнительный отпуск. Не слушайте советов доброхотов, которые говорят, что пора перестать мучиться. Только вам решать это, только ваше сердце может знать об этом – и ничьё больше.

Приготовьтесь к тому, что страшные воспоминания могут неожиданно вернуться через годы. Вы пережили душевную травму, не сравнимую ни с чем. Душевые раны, как и раны физические, болят долго, может быть, всю жизнь.

Настройтесь на то, что прежние праздники станут для вас мучительными напоминаниями о счастливых часах, проведённых вместе с любимым человеком.

Не говорите себе, что вам надо прекратить упоминать о происшедшем и не говорить о нём. Наоборот, чем больше вы говорите о том, что случилось, тем лучше для вас. Проговаривание вслух помогает осмыслять факт потери любимого человека, осознать, что то, что случилось, – случилось, и пути назад нет.

После смерти прабабушки моя бабушка с материнской стороны без умолку говорила с теми, кто пришёл выразить соболезнование. Её сестра была поражена этим словесным потоком и даже заметила моей маме: «Надя, сколько она говорит!» Теперь я понимаю, что у бабушки сработал защитный механизм, позволяющий ей осмыслить немыслимое, то, что она всеми силами стремилась предотвратить, – смерть матери. Недавно в одной книге я встретила сходный пример, когда, уже годы спустя, старик, потерявший жену, продолжал рассказывать о своей утрате, причём женщине, которая произносила надгробную речь и была знакома с мельчайшими деталями происшедшего. Как писала автор, проговаривание вслух помогало старику ещё и ещё раз осознать то, что его душа не могла принять.

Иногда родные и близкие не видят тела погибшего, и это ещё более осложняет их скорбь. Если у вас такой же случай, то можно построить кенотаф (надгробный памятник в месте, которое не содержит останков покойного, своего рода символическая могила), посадить дерево, поместить мемориальную доску, скамью с именем погибшего – что угодно сделать, чтобы запечатлеть память об умершем и держаться за памятник, как за якорь в бурю.

Не возлагайте чрезмерные надежды на лекарства и алкоголь, думая, что они помогут

забыться и уменьшить вашу боль. В конечном счёте от них больше вреда, чем пользы. Вам нужно жить шаг за шагом и день за днём, как инвалиду после перелома, который вновь учится ходить, или, точнее, как инвалиду, у которого отнята рука или нога и теперь навсегда надо приучиться жить по-другому.

Если у вас нет слёз – это не значит, что вы не страдаете. Наоборот, или вы находитесь в шоке или опасаетесь, что если начнёте плакать, то не остановитесь. Слёзы оказывают благотворный эффект. Они высвобождают в организме химическое вещество энцефалин, которое может притупить физическую и эмоциональную боль и дать успокоение.

Не надо стыдиться своей скорби и думать, что вы сошли с ума. Не надо скрывать то, что у вас на душе из боязни огорчить родных и близких, из боязни, что о вас подумают окружающие. Дайте выход своим эмоциям и поймите, что скорбь – это процесс, длительный и болезненный и вам придётся проделать огромную душевную работу, чтобы принять утрату и продолжать жить.

Глава 11. Что помогло мне и другим?

А ведь какая пошлая ложь – мысль, будто поминать и оплакивать означает растревожить раны. На самом деле это единственный известный человечеству способ лечения.

Лидия Чуковская

Мне помогли бесконечные разговоры с друзьями и родителями о моём брате. Мне помогли тепло и понимание моих друзей, их терпение и участие. Мне помогло чтение книг о депрессии, самоубийстве и о людях, потерявших близких в результате самоубийства. Мне помогла работа. Мне помогли конкретные дела, связанные с именем брата: написание этой книги, куст, посаженный на его могиле, табличка с его именем, деньги, пожертвованные на благотворительность в его честь. Мне помогли две встречи с группой поддержки для тех, кто потерял своих близких (на другие встречи я не пошла из-за нехватки времени и потому, что мои родители и я ежедневно говорили о нашей утрате, поддерживая тем самым друг друга). Мне помогло сочинение стихов, вернее излияние стихов, написанных о нашем горе. Мне помогли пролитые слёзы, по поводу и без повода. Мне помогло время.

С самозабвением исследователя я искала ответ на вопрос, почему мой брат покончил с собой. Вопрос «почему?» – самый жгучий и самый частый вопрос, который задают родственники погибших. Следует смириться с тем, что мы так до конца и не узнаем всю совокупность причин, приведших наших близких к гибели. Наши домыслы и гипотезы, возможно, распались бы, как карточный домик, если бы наши близкие могли нам рассказать, почему они это сделали. В конце концов, нужно перестать задавать этот проклятый вопрос «почему» и смириться с тем, что мы этого не узнаем никогда. Нужно начать лечить своё израненное сердце...

Айрис Болтон описывает то, что может помочь людям пережить обрушившееся на них горе.

- Чувство собственного достоинства и самоценности. Если у кого-то эти чувства минимальные, ожидайте трудности с восстановлением, особенно в отношении чувства вины.
- Коммуникативные навыки. Эти навыки включают желание поделиться своими переживаниями с другими. Отрицание или скрывание чувств может вести к изоляции и депрессии.
- Знание того, что люди обычно испытывают при тяжёлых уратах, и ваша персональная предыстория того, как выправлялись с трагическими ситуациями в жизни.

- Хорошая система поддержки. Изолированы ли вы и страдаете в одиночку или у вас есть друзья, которые могут разделить с вами горе?
- Способности выдерживать стресс и разрешать проблемы. Сила анализа плюс способность к принятию решений – хороший залог восстановления.
- Ваши духовные ресурсы и вера.
- Желание обратиться за профессиональной помощью к профессионалам (психиатрам, психологам, психотерапевтам). (89)

Очень важно говорить о погибшем члене семьи. Избегание бесед об умершем только усугубляет положение. Всё равно никто не забыл о нём, так что никому не нужно искусственное умалчивание.

Перестаньте терзать себя бесконечными «если бы», «я мог бы», «надо было». Нет пути назад. Труди Карлсон, чей четырнадцатилетний сын Бен покончил с собой, постоянно проигрывала эту пластинку в своей голове: «Если бы я только не оставила его одного в ту ночь, он, может быть, не убил бы себя». Правда заключается в том, что он не убил бы себя 31 мая 1989 года. А как насчёт 1, 2, 3 июня? Как насчёт других месяцев, других лет? «Когда молодой человек подвержен большому риску самоубийства и желание убить себя посещает его часто, то вы можете предотвратить его смерть несколько раз, даже много раз, но в конце концов вас постигнет неудача». (90)

Как пишет Труди Карлсон, «...родители молодых людей, покончивших с собой, особенно подвержены чувству вины, потому что родителям говорят, что они отвечают за поведение своего ребёнка. Такое представление даже не логично! Родителям любых живых особей надо заботиться о своём потомстве. Надзор за ними – это часть их защиты, вторая часть инстинктивной роли родителей (защита является первой частью. – *Прим. автора*). Забота и надзор, тем не менее, не то же самое, что ответственность за чьё-то поведение. **Никто не несёт ответственности за поведение другого человека** (выделено автором. – *Прим. автора*).

Даже если от самоубийства погиб ваш ребёнок, супруг, близкий человек, брат, сестра или друг, их поведение было их решением. Они, возможно, пришли к решению умереть в результате искажённого мышления, которое характерно для их заболевания. Их страдание, безусловно, повлияло на их решение. **Во многих отношениях можно сказать, что их смерть не была их виной. Что можно сказать с определённостью – это то, что их самоубийство не было вашей виной** (выделено автором. – *Прим. автора*). (91)

Позвольте друзьям помочь вам. От этого будет легче и им, и вам. Вы обнаружите, что есть люди, желающие вас поддержать в первые минуты после трагедии и не думающие о том, что вам будет тяжело и через несколько месяцев после случившегося, а не только в первые дни. Но есть друзья, готовые терпеливо выслушивать и помогать ещё долго после того, как отойдёт первый шок и случившееся перестанет быть новостью. **Эти друзья бесценны.**

В США существует множество групп поддержки, которые образуются стихийно, или при церковных конгрегациях, или при пунктах психологической помощи, или просто по инициативе кого угодно и когда угодно. Группы людей, помогающих друг другу справиться с потерей супруга или родителей, группы людей, больных раком, диабетом или другими смертельными и серьёзными заболеваниями, поддерживающих семьи больных шизофренией, тех, кто ухаживает за престарелыми людьми, и множество других групп, всех не перечислить. Почти в каждом городе есть группы людей, переживших самоубийство близких. Некоторым людям эти группы очень помогают. Они позволяют им найти много общего в своих трагедиях, позволяют увидеть, что они не одни в мире, как зачумлённые, стыдящиеся поднять глаза на людей, но есть множество других, прошедших через сходный ужас. Не все могут или хотят искать поддержки в группе. Некоторым нужна психологическая помощь с глазу на глаз. К

сожалению, психологическая помощь в глазах наших соотечественников настолько стигматизирована, что люди стыдятся и не хотят даже попробовать, каково им будет поговорить с глазу на глаз с профессиональным психологом, не ищут облегчения своему горю.

Я дважды была на встречах групп родственников, у которых близкие покончили с собой. Встречи проходили под крышей разных организаций, но обе встречи были проникнуты удивительной чуткостью и пониманием, атмосферой братской поддержки. В одном случае встречей руководил психолог, в другом – волонтёр. Люди выплачивали своё горе, открыто делились тем, что наболело. Бумажные платочки были заранее приготовлены и очень пригодились. Невозможно ожидать, что что-то одно магически поможет, облегчит ваше горе. Я не ожидала чуда, и чуда не произошло, но встречи явно были полезны. Одним из знаменательных событий моей жизни был сбор средств и участие в пешем походе из Манхэттена в Бруклин по Бруклинскому мосту. Поход был организован Американским обществом по предотвращению самоубийств. Я пошла туда с одной из моих дочерей. В сквере за столиком проходила регистрация участников. Нам дали памятные майки, и мы прошли к беседке, где участники похода оставляли свои записки о погибших, их фотографии, стихи. Можно было написать имя погибшего на бумаге, вставить в пластиковую прозрачную страницу и прикрепить к своей майке. Светило солнце, звучали любимые песни погибших, исполняемые по заявке их близких, а у нас на глазах стояли слёзы. Потом я увидела женщину, которая держала над головой плакат, призывающий под своё крыло братьев и сестёр погибших, и рванулась к ней, как будто меня кто-то толкнул в спину...

Существует ещё один барьер. Как уже было сказано, близкие люди погибшего настолько одержимы чувством вины, что не хотят, чтобы им стало легче. Они себя добровольно казнят, наказывая за несуществующую вину, они стыдятся всяческих проявлений радости или веселья со своей стороны.

С такого рода реакцией я столкнулась у моих родителей, которые ни за что, как бы я их ни упрашивала, так и не согласились прибегнуть к помощи ни в коллективном, ни в индивидуальном виде.

Чтение очень помогает, но не всякое чтение, а чтение о том, что касается непосредственно вашей трагедии и боли.

Моя мама читала всё, что попадало ей под руку, но, к сожалению, я не могла найти для неё ничего, непосредственно обращённого к её опыту, к людям, прошедшим через подобную катастрофу... Я делилась с родителями тем, что я узнавала и вычитывала из американских источников. Со своей стороны, я читала всё, что попадало мне в руки на эту тему. Если бы я была такая знающая ДО, а не ПОСЛЕ трагедии!

Пишите! Пишите о том, что чувствуете. Составьте перечень хороших дел, которые вы сделали для умершего. Напишите о том, что вас злит, раздражает, тревожит. Записывайте ваши сны, связанные с умершим. Запишите всё хорошее, что покойный вам сказал или сделал. Напишите письмо покойному. Это будет ваше прощание с ним, то прощание, которого вы были лишены волей обстоятельств. Напишите о том, что случилось, как изменилась ваша жизнь и что вы чувствуете сейчас. Перечислите то, что вы цените больше всего в жизни, за что вам нужно благодарить её... Ведите «журнал благодарности», куда записывайте всё то, что случилось хорошего за день, и всё, за что надо быть благодарным судьбе.

Попытайтесь расслабиться и заняться медитацией. Чтобы расслабиться, ложитесь там, где тихо. Дышите глубоко, медленно вдыхая и выдыхая воздух. Начиная с левой ноги, напрягите свои мускулы как можно сильнее до счёта три. Затем расслабьте их. Проделайте то же самое с правой ногой, левой рукой и правой рукой. Затем по очереди напрягайте и расслабляйте все остальные части тела. Когда вы закончите это упражнение, то почувствуете расслабление.

Представьте себе берег океана с его волнами и тихим ветерком. Когда вы научитесь расслабляться, представьте, что вы выдуваете своё чувство вины в воздушный шар. Мысленно представьте, как этот шар постепенно наполняется, отделяется от земли и улетает.

Излейте свой гнев и скорбь где-то, где вас никто не слышит. Не стыдитесь бить кулаками по софе или подушке, чтобы переплавить свой гнев в энергию. (92)

Сделайте что-то в память об умершем (картину, стихи, сад, благотворительное деяние – что угодно). Станьте лучшим человеком, помогите другим. Тем не менее избегайте слишком серьёзных решений, которые могут в корне изменить вашу жизнь и даже быть разорительными и губительными для вас (переезд, развод, перемена места работы и т. д.). Некоторые мелкие решения тоже могут быть болезненны для ваших близких.

После смерти Вадика мама мне отдала его джинсовую рубашку, чтобы я её носила. Во мне что-то противилось этому, и я отдала её бедным людям вместе с другой одеждой. Мама, узнав об этом, расстроилась и сказала, что она бы носила её и напрасно я отдала эту рубашку. Другой случай, связанный с вещами Вадика. После трагедии мои родители захотели отправить его сыну, своему внуку, небольшую посыпочку, состоящую из вещей покойного. Мать мальчика, бывшая жена Вадика, отказалась её принять, сказав, что мальчик очень потрясён и ему страшно. В результате недовольными остались обе стороны. Мои родители были задеты, а от сына Вадика со времён его смерти не было никаких известий. Я полагаю, что это намеренное молчание, вызванное то ли обидой, то ли желанием вычеркнуть прошлое из своей жизни. Так или иначе, побочным результатом трагедии, постигшей моих родителей, оказалось и то, что они лишились единственного внука. У них теперь только три孙女, мои дети.

Страйтесь почаще бывать на природе. Природа обладает целительной силой. Как сказал А. Н. Плещеев: «Только природе страданья незримые духа дано врачевать».

Будьте терпеливы по отношению к самим себе. Дайте себе время на исцеление, не ограничивая себя никакими сроками. Вы никогда не забудете о вашем любимом человеке, но он вас любил и хотел бы, чтобы вы были счастливы.

Как пишет Айрис Болтон, «...движение вперёд не значит, что вы забыли. Оно означает приобретение свободы через возможность закрыть главу вашей жизни. Оно означает перестать чувствовать себя жертвой. Оно означает то, что вы имеете мужество и сострадание сказать самим себе, что вам не нравится чувствовать себя жалкой. Оно означает продолжать жить своей жизнью с её полнотой отношений, работы, игры и роста». (93)

Не дайте трагедии вас разрушить! Откройте своё сердце для благодарности тем, кто вас любит, и одарите теплом новых людей, входящих в вашу жизнь! Не думайте, что тем самым вы предаёте память о своих любимых. Как говорят, отношения с любимыми не кончаются с их смертью. Они навсегда с вами.

Джуди Коллинс, молодой сын которой покончил с собой, написала книгу, полную советов и напутствий скорбящим. Вот её семь основных советов:

1. Говорите правду. Безотносительно к тому, как ужасны факты и как трудно говорить о них, не скрывайте правду о том, как вы потеряли любимого человека.

2. Доверьтесь. Доверьтесь друзьям, которые хотят вас поддержать, а если они не могут, найдите людей, которые смогут.

3. Ищите исцеления. Беседа с психотерапевтом или медитация, искусство или общение – не отказывайтесь от помощи, от того, что вам помогает.

4. Цените. Не переставайте ценить то прекрасное, что связано с вашим любимым. Не позволяйте ужасным обстоятельствам, связанным с гибеллю, заслонить от вас то дорогое и прекрасное, что связано с любимым человеком.

5. Позаботьтесь о себе. Не забывайте о правильном питании, прогулках, релаксации. Движение и медитация со временем могут как-то изменить ваше настроение в лучшую сторону.

6. Живите. Распахните свои глаза и душу и ни в коем случае не позволяйте алкоголю или наркотикам притупить или ослабить ваши чувства.

7. Превзойдите себя. Вам надо снова научиться жить и находить радость в жизни, открыть себя и своё сердце людям. (94)

Конечно, для многих людей, пребывающих в ступоре горя, два последних пожелания пока лишь прекраснодушная мечта, и такие слова вероятно вызовут у них негодование и отторжение. Но у нас, выживших, нет иного пути. Ушедшие от нас любимые люди не желали нам зла, а напротив, хотели нашего счастья. У нас есть близкие люди, которые нуждаются в нас и которые нужны нам. У нас одна жизнь, и какой бы горькой она ни была, в наших силах придать ей красоту и смысл.

Я заметила, что ментальности американцев очень присущее деятельное желание после любой произошедшей трагедии переплавить своё горе в коллективное начинание, будь то помочь благотворительным фондам, которые сфокусированы на помощи людям, попавшим в подобные ситуации, или основание собственных фондов, обществ, организаций, кружков взаимопомощи и т. п. Не сидеть дома с бутылкой водки, а помочь таким же, как вы, попавшим в беду, постараться предотвратить подобные трагедии – это поможет вашей душе намного больше.

Мне хотелось бы привести слова священника Вестона Стивенса, сказанные над гробом молодого человека, покончившего с собой. «Наш друг умер на собственном поле битвы. Он был убит в битве, сражаясь на гражданской войне. Он боролся с противниками, которые для него были так же реальны, как его гроб реален для нас. Это мощные противники. Они нанесли урон его энергии и выдержке. Они истощили последние остатки его мужества и силы. В конце концов, эти противники преодолели его. Кажется, что он проиграл войну. Так ли это? Я вижу ряд сражений, в которых он победил!

Для начала он выиграл наше восхищение, потому что, даже если он проиграл войну, мы должны отдать ему должное за его храбрость на поле сражения. И мы отдаём ему должное за мужество и гордость в надежде, что он сражался, пока мог. Нам надо помнить не о его смерти, а о его каждодневных победах, проявленных в его доброте и заботе, в любви к семье и друзьям, животным, книгам и музыке – всему тому, что прекрасно, живо и благородно. Мы должны запомнить не день его поражения, но множество дней, когда он побеждал, несмотря на преобладающие против него силы. Нам следует помнить не годы, которые, как мы думаем, он потерял, но полноту переживаний за те годы, которые он прожил. Только Господь знает, как страдало его дитя в молчаливых схватках, происходивших в его душе. Но наше утешение в том, что Бог знает и понимает». (95)

Глава 12. Если бы и почему

Однажды мне позвонила незнакомая женщина, эмигрантка из Баку, и попросила о встрече. У неё трагически погибла дочь за две недели до восемнадцатилетия, причём умерла она от болезни, которую врачи не смогли диагностировать. Горе матери безмерно. Она, которая в жизни не писала стихов и вообще была далека от литературы, выплеснула свою боль в криках-прочтаниях-заклинаниях, выведенных на бумаге крупным и старательным почерком. Она была вся в чёрном, с головы до ног, и глаза у неё были тёмные, почти чёрные. В преддверии годовщины со смерти дочери мать хотела опубликовать маленькую книжечку в память о ней. По какому-то совпадению я за день до нашей встречи наткнулась в библиотеке на

книгу, которую я когда-то читала, но захотела перечитать. Книга эта называется «Когда плохие вещи случаются с хорошими людьми» («When Bad Things Happen to Good People»). Написал её человек, у которого трёхлетний сын заболел неизлечимой болезнью, обрёкшей его на раннюю смерть. Автор книги, раввин из маленького городка, человек, верящий в Бога всю жизнь, задаётся вопросом, как и многие страдальцы до и после него: «Как Бог допускает подобное? Почему он меня наказывает?» Автор, Харольд Кушнер, подробно трактует библейскую Книгу Иова, может быть, первого страдальца, чей диалог с Богом отражён в мировой литературе.

Я рассказала матери, потерявшей дочь, об этой книге, и она мне с грустью ответила, что «если бы» и «почему» – это проклятые вопросы для тех, кто остался жить после потери близких. Я уже писала о разнообразных «если бы», тесно связанных с чувством вины и желанием, чтобы бывшее стало небывшим, исчезло, как ночной кошмар. Увы, ни человеку, ни Богу не дано изменить то, что свершилось.

Что касается «почему», то, по сути дела, речь идёт о двух «почему». На одно из них я пыталась ответить в первой части своей книги, когда речь шла о причинах и предпосылках самоубийства. Тем не менее полного ответа тут быть не может, так как полноты знания о причинах, приведших конкретного человека к данному поступку, не может быть ни у кого, включая самого погибшего. И всё же я не жалею, что потратила время и силы на распутывание клубка, связанного с кончиной моего брата. Более того, я не могла этого не сделать, бездействие меня бы душило. Самый поиск обладает целительной силой, он был мне нужен, так как рациональная часть моей души не могла успокоиться, оставив загадку неразгаданной.

Но существует и другое «почему», о котором я не писала, но которое жгло и мучило мою семью и всех остальных, у которых случилось внезапное горе. Господи, за что я так жестоко наказан? Почему именно я? Вот именно на это «почему» пытается ответить Харольд Кушнер в своей прекрасной и мудрой книге, давно ставшей бестселлером у американского читателя. Не буду пересказывать содержание книги, а только скажу об основных выводах, к которым приходит автор. «Вопрос, который нам следует задавать – не «Почему это случилось со мной? Что я сделал, чтобы заслужить это?» Это бессмысленный вопрос, на который невозможно ответить. Лучше задаться вопросом: «Теперь, когда это произошло со мной, что мне делать?» (96) Бог, считает Кушнер, не создаёт трагедий и не предотвращает их. Он вдохновляет людей на то, чтобы помочь друг другу, он даёт силы и терпение преодолеть беду. «Мы любим Бога не из-за того, что он совершенен. Мы любим Его не за то, что он защищает нас от зла и не позволяет ничему плохому случиться с нами. Мы любим Его не из страха или из-за того, что Он нас накажет, если мы повернёмся к Нему спиной. Мы любим Его потому, что он Бог, потому что он создатель всего прекрасного и миропорядка, источник силы, надежды и мужества в нас; и надежда, и сила, и мужество тех, кто помогает нам во время беды. Мы любим Его, потому что Он лучшая часть нас и нашего мира. Это и значит любовь. Любовь – это не восхищение перед совершенством, но приятие несовершенного человека с его несовершенством, потому что любовь и приятие делает его лучше и сильнее». (97) Нельзя найти ответ, то есть объяснить, почему плохие вещи случаются с хорошими людьми. Но если понимать ответ как действие, то такой ответ существует: надо «простить мир за его несовершенство, простить Бога за то, что он не создал лучший мир, и продолжать жить, несмотря ни на что». (98)

Приложение 1. Что делать, если вы подозреваете кого-либо в суицидальных намерениях

Если вы подозреваете, что кто-то из ваших знакомых, друзей или родственников может

испытывать желание покончить с собой, вам надо поговорить с ним об этом. Не бойтесь, что такой разговор приведёт к возникновению у него «идеи» самоубийства. Если такая мысль уже есть, она существует вне зависимости от ваших разговоров. Расспрашивая его, вы дадите ему возможность говорить о своих чувствах и намерениях. Люди зачастую амбивалентны в своём желании умереть. Даже если кто-то отрицает такие намерения, но вы всё равно подозреваете, вы можете мягко вернуться к разговору через какое-то время.

Не задавайте вопрос подобным образом: «Ведь ты не думаешь о самоубийстве, это не так?» Тем самым вы даёте понять, что правдивый ответ в утвердительном смысле для вас настолько неприемлем, что вы боитесь даже слышать о нём. К тому же, это так называемый закрытый вопрос, предполагающий ответ только «да» или «нет». Задавайте открытые вопросы, предполагающие разговор, а не однозначный ответ:

- Как ты справляешься с тем, что происходит в твоей жизни?
- Что ты думаешь о насильственной смерти?
- Ты думаешь о смерти?
- Ты думаешь о том, чтобы покончить с собой?
- Думал ли ты о том, как это осуществить? Есть ли у тебя план?
- Есть ли у тебя средства это осуществить?

Слушайте ответы внимательно. Страйтесь любой ценой сохранить спокойствие и не выдавать моральных оценок: «дурной», «ненормальный», «ужасный человек» и т. п. Это не поможет, а только восстановит собеседника против вас. Вы не можете посоветовать человеку, как ему подобает чувствовать. Вы можете разобрать с ним его проблемы и разбить их на более конкретные вопросы, которые можно решить шаг за шагом. Подчеркните, что есть другие способы решения проблем, кроме самоубийства. Предложите пойти к психологу или психотерапевту и поговорить о своих проблемах. Если он отказывается, то, возможно, он согласится пойти к педагогу или духовнику. **НЕ СОГЛАШАЙТЕСЬ ДЕРЖАТЬ В СЕКРЕТЕ СУИЦИДАЛЬНЫЕ МЫСЛИ И ПЛАНЫ СОБЕСЕДНИКА!** Если вы даже согласились, нет греха в том, что вы нарушили своё слово. Будет гораздо хуже, если ваш собеседник погибнет и вы будете себя всю жизнь казнить. Особенно часто на эту «удочку» попадаются подростки. Каково им приходится после того, как их друг или подруга кончает свою жизнь самоубийством, а они знали о намерениях друзей и не предотвратили! Не бойтесь потерять друга, но бойтесь потерять человека!

Не выпускайте вашего собеседника из поля зрения и пострайтесь отобрать и спрятать средства, с помощью которых он хотел покончить с собой. Сделайте всё возможное, чтобы ваш собеседник пошел к психиатру или в больницу. Если вы бессильны, то вызывайте скорую помощь!

Что делать, если у вас появились суицидальные намерения

Помните, что некоторые люди, с которыми вы поделились своими мыслями, не знают, что им делать, и в запальчивости или от неумения могут наговорить много обидного, отчего вам будет ещё больнее. Не обижайтесь на них за это, а пострайтесь искать поддержку у тех, кто вам действительно может помочь.

Не думайте, что ваш кризис – это только ваша проблема, с которой надо справляться в одиночку. Ищите помощи у психотерапевта, врача, друга – у того, кто внимательно выслушает и поможет советом.

Дайте себе времени. То, что вы чувствуете в данную минуту, – это чувство, которое может ослабеть через день или неделю. Чувство боли – это только чувство. Смерть – это избавление от

жизни, а не способ избавления от боли. Для избавления от боли существуют другие меры. Ваше мышление затемнено болью, и вы не можете ясно соображать. Позвольте другим вам помочь. В США есть множество телефонных служб, куда можно позвонить, если вы испытываете кризис и нуждаетесь в помощи.

Конечно же, **911**, а также:

1-800-784-2433 (1-800-SUICIDE)

1-800-273-8255 (1-800-TALK)

По этим телефонам вы можете позвонить в любое время дня и ночи семь дней в неделю.

Существуют также отдельные линии для предотвращения самоубийств у людей нетрадиционной сексуальной ориентации, у испаноязычных, у военных или бывших военнослужащих.

Приложение 2. Письма Вадика

Я решила поместить некоторые письма Вадика, чтобы у тех, кто не знал моего брата, составилось более ясное представление о нём. Вадику были присущи и юмор, и ирония, и выдумка, и нежность, и любовь к своим близким. Я не хочу, чтобы его страшный поступок остался главным, тем более единственным, что сохранится в памяти людей. Я сохранила пунктуацию, какой она была в оригинале.

* * *

Здравствуй, дорогая мама. Получил твоё письмо и перевод на 20 р., несколько позже, чем письмо. Сразу ответить на письмо не было времени. Я несколько сменил место, а именно перешёл в хоз. взвод, пока на должность каптёрщика (зав. имуществом). Это считается тёплым местом. В основном трудно в воскресенье и прилегающие дни, так как приходится заниматься обменом белья, принимать, выдавать, сдавать, а также наводить чистоту в своей капитёрке и вести кое-какую документацию. Официально перехожу сюда с 1 апреля. Не знаю, хорошо это или плохо, там посмотрим. Правда есть новый закон об усилении ответственности материально ответственных военнослужащих. Кушаю то со связью, то с хоз. вводом, как получится. Завтра собираюсь написать открытку бабушке с днём рождения, наверное придёт с некоторым опозданием. Ну ладно. Пишите мне, самому писать больше не о чём. Как здоровье нашей сестры?

До свиданья. Всем привет. Целую, Вадик.

5 февраля 1984 г.

P.S. Извиняюсь за почерк, но пишу стержнем.

(Письмо это было написано из Котласа, уже после самого тяжёлого этапа армейской службы Вадика под Москвой. – Прим. автора).

* * *

Здравствуй дорогая бабушка, а также поклон всем проч. (письмо было написано нашей бабушке по линии матери, Генриэтте Абрамовне. – Прим. автора). Получил твоё письмо из Ленинграда. Спасибо за поздравления с днём СА (Советской Армии. – Прим. автора). Этот день здесь выходной, опять дали кофе-какао похожий на

раствор столярного клея, прочнейшие пряники, селёдку без водки, салат оливье, а ныне московский. Всё это создало здоровую атмосферу праздника. Засим была организована лыжная прогулка на 10 км., от которой я легко и элегантно уклонился, после чего показали фильм «Дачная поездка сержанта Цыбули». Вот так оно и прошло. Очень удивился, узнав, что ты смотришь все военные передачи. Они на мой взгляд дают весьма отличающееся от действительности представление об этой стороне жизни.

Так у меня всё идёт своим путём. Сейчас в наряде. Место где можно стабильно ничего не делать. Читаю книгу Бу Карпелана, финского писателя. Прочитаю, может быть отошлю её домой, так как библиотека закрыта и пришлось покупать в книжном лабазе. Сел на свои очки, раздавил одно стекло. Т. к. денег не было, ходил несколько дней в треснутом стекле, а сегодня получил перевод от б. Бебы и поеду в Котлас его вставлять. Вот и все мои новости.

Пишите как у вас.

Всех целую. Вадик.

28 февраля 84 г.

* * *

Здравствуйте дорогие. Вчера получил письмо от мамы и Лили с поздравлением ко дню СА. За что grand merci. Получил также перевод от б. Бебы (бабушка по отцовской линии. – *Прим. автора*) 10 р., за это напишу ей спасибо отдельно. А сегодня приехал в Котлас вставлять стекло, взял себе ещё одни дешёвые очки, и в кармане у меня осталось 70 коп. Затем я позавтракал и осталось 10 коп. Затем я купил один конверт и бумагу для письма и осталось 2 коп. И ещё 2 форинта (венгерская монета, не имеющая хождения в Котласе). До отхода поезда в Советию 4.5 часа, часть этого времени я употреблю на писание письма в тёплой и сухой почте. Затем нужно добыть обед, получить очки и уезжать. Впрочем из тёплой и сухой почты также скоро попрут, т. к. у них будет перерыв. Очень мне надоела эта вечная мерзлота... Кстати моя неудача, если это можно так назвать, в Красногорске на 95 % зависела от плохой информированности о нормах на зрение, каковая происходила от того, что где-то около 2-х лет я настойчиво, но безрезультатно просил проконсультироваться по этому вопросу со знакомыми врачами. Зато теперь я хорошо всё знаю, но это уже не имеет значения. Учитывая то, что месяцев через 8–9 я должен оказаться на свободе, хорошо бы что-нибудь узнать о возможном трудоустройстве. За предложение посвятить себя почётной офицерской службе большое спасибо, но это нам не годится, т. к. такого средоточения тупости, алкоголизма и идиотизма, достигающего гигантской концентрации, всё же кроме армии нигде не встретишь. Нехай этим занимается кто-нибудь другой, быть может более достойный.

Прискорбно слышать, что сестрица моя столь исхудала, что это дурно сказалось на ихнем здоровье (я действительно в то время похудела на почве любовных переживаний. – *Прим. автора*). Худеть не надо Лиля, человек должен быть красив и гармонично упитан. Ешь каши (рисовую, гречневую, перловую, овсяную и какие ещё дают и ты станешь такой же толстой как я). Теперь все армейские вещи сидят на мне как специально сшитые, т. к. я развелся до кондиции стандартного воина. Приятно также видеть упитанные лица армейских поваров, коги приходят сюда худосочными и тощими, а уходят великих размеров мужами, комплекцией напоминая Ю. Власова в расцвете таланта. Так что оставьте ваших глупостей и подлечив гастрит, с радостью и весельем вкушайте пищу. В армии каждый 3–5 страдает гастритом и каждый 2–5 притворяется, что страдает, ибо пища недоброкачественная. Ну а я и похуже ел, т~~ак~~. что желудок всё приемлет (пока). При наличии присутствия позволяю себе кушать

отдельно, а не в столовой. Прискорбно также слышать, что папаша продолжает курить. Лучше беречь здоровье. Получил красивую открытку от Марины Жаровой (двоюродная сестра нашей мамы. – *Прим. автора*) опять же к дурацкому дню СА и ВМФ. Тоже напишу спасибо.

Ну ладно. Закрывают на обед. Я пойду в холод и мороз. Б-р-р-р. Сигареты и спички ещё есть.

Лобзаяу, Вадик.

29 февраля 84 г.

* * *

Здравствуй Лиля.

Получил твоё письмо, хотя послано оно было Алавердову Л. Р. (то есть нашему отцу. – *Прим. автора*), но это мелочи, не стоящие внимания. У меня тоже мало что стоит внимания. Работаю капитёром. Раньше ничего не делал в связи, теперь по утрам убираю свою капитёрку и опять ничего не делаю. В воскресенье выдаю чистое бельё, принимаю грязное. В понедельник сортирую, во вторник сдаю в прачечную, в пятницу принимаю из прачечной. Думаю, что долго здесь не продержусь из-за склонного характера. Попробовал встать на лыжи, на ровном месте я на них смог продвигаться, а когда встретилась маленькая горка и я на ней стал влезать, то всё время скатывался вниз. Потом решил покончить с этим идиотизмом и лыжи отдал. 7 марта выпал снег и мне лично пришлось перекидать большую гору перед складом. Получил новую форму (х-б). Бельё себе меняем 2 р. в неделю. Кстати я вспомнил, что маменька меняла постель где-то раз в месяц, а в армии – раз в неделю. Сегодня 8 марта, сейчас все ушли на лыжный кросс, а я остался как человек старый и больной. Утром дали 2 яичка, а вечером покажут фильм «Как царь Пётр своего араба женил». Читать почти ничего не читаю. Нехай папаша идёт на работу в институт технической эстетики. Это наверное неутомительно, интересно и не очень ответственно. Кстати может быть с апреля начну получать 12 р. на новом месте.

Ну ладно. Всем привет.

Целую. Вадик.

8 марта 84 г.

P.S. Ещё раз поздравляю с 8 марта.

* * *

Здравствуй дорогая Лиля. Получил твоё разноцветное письмо. Приятно слышать, что у вас гостят такие интересные и в то же время простые ингушки. А мы здесь всё больше времени убиваем. Берём одеяло, режем на 10 частей и т. о. получаем прикроватные коврики... Сейчас в наряде, потому пишу письма. Ночью написал Алику (дядя по материнской линии. – *Прим. автора*), днём получил от тебя и Маринки, так что отвечаю сейчас. Жизнь однообразна. Много ем, мало сплю, мало пью (т. е. вообще ничего), мало читаю, много курю. Завтра пойду смотреть суд, как один юный джентльмен сломал челюсть другому юному джентльмену и теперича его справедливо судят. Ещё никогда не видел военного трибунала. Очень интересно посмотреть. Надо ещё отдохнуть и подлечиться в сан части, а то давненько я там не был. Но это планирую уже на 2-й квартал. Осталось до моего приезда 197 дней, которые кажутся вечностью. На лыжи встал один раз больше не встаю. Снег днём тает, а ночью опять замерзает, с утра гололёд, но пол 6-го уже светло, так что весна чувствуется. Это хуже, что день длиннее, т. к. будут больше работать.

Ну ладно. Пока.

Целую. Вадик. 14.03.84 г.

* * *

Здравствуйте дорогие. Получил письмо от мамы. Очень беспокоимся сейчас за ваши события в Карабахе, т. к. наверное это приведёт к большому озлоблению к русским в Баку. Тем более плохо что помочь не могу сейчас ничем. Работаю уже монтажником-высотником в русской бригаде... Праздник Пурим был. Это от библейской истории об Эсфири, Мордухае и Аммане. Лиля знает. По традиции нужно напиться так, чтобы не отличить благочестивого Мордухая от нечестивого Аммана. Хоменташем – это символизирует уши Аммана (отрезанные). Живу в гостинице, караваны кончились в Беэр-Шеве, не знаю куда податься если Инна приедет к лету. Наверное на съёмную квартиру или может удастся снять караван. Могендовид я прошу разрешения просто хранить, а не носить на шее. Только на меня не обижайся. Я всё думал, почему у меня всё валится из рук и ничего не получается. Потом спрятал могендовид, вроде полегчало. На следующий день на работу устроился. Разные люди с предложениями появились. Пошёл в кафе за едой, продал мороженое, просто пошутил. Хозяин кафе увидел, говорит – ты профессионал, сразу видно, я новый магазин делаю, иди работай на %. Но это нужно ещё смотреть, что получается. Я не знаю, может когда ты его дарила про себя сказала, чтоб я не влезал ни в какие дела, ты это любишь говорить, вот он так и действует... Но не обижайся. Я спрятал, храню, увижу что без разницы буду носить обратно. Если не разрешишь спрятать, тоже буду носить. На стройке тоже начальник, говорит оставайся надолго, иди бригадиром, но это я не хочу, стройку очень не люблю. Папу с днём рождения поздравляю, правда неудобно что без подарка, но не могу сейчас, хоть из долгов немножко вылезу. Пишите мне пожалуйста, получать письма большая радость. Идут долго, месяца 1.5, мои не знаю сколько.

До свидания. Целую. Вадик.

23 марта 1992 г.

(Это письмо было написано уже из Израиля. – Прим. автора)

* * *

Здравствуй дорогая Лиля! Спасибо за открытку с попугаем. Очень красиво. Правда непонятно является ли он символом поздравления с какими-либо событиями или же должен покрывать отсутствие желания к более пространным письмам... По поводу того, что ты отдала дочерей своих именно в еврейскую школу не знаю, что и сказать. Во-первых может быть было лучше предоставить им свободу выбора вероисповедания в более зрелом возрасте, а не делать сейчас акцент именно на иудаизме. Во-вторых возможно это не очень приятно Рафику (Рафик по матери русский, а по отцу азербайджанец, поэтому Вадик думал, что ему может быть неприятно, что мои дети приобщаются к иудаизму. Рафик не только не имел никаких возражений по этому поводу, но также считал, что такая школа, в отличие от обычной городской школы, будет лучше для морали и безопасности девочек. – Прим. автора). Кстати ты ничего о нём не пишешь, по крайней мере от меня передавай привет. Мне Чингиз (товарищ отца. – Прим. автора) сказал, что между вашей квартирой и родительской час езды, а я думал, что это совсем рядом (мы на самом деле жили очень близко, в пятнадцати минутах ходьбы. – Прим. автора). А как тогда ты столь часто водишь детей или мама забирает. Ведь это очень тяжело. Я охранником продолжаю работать. Очень красивые в пустыне восходы, а по пятницам у меня ещё и закат. Ночью тоже звёзды такие большие и луна то близкая, то далёкая. Всякая живность

ночью вылазит: ящерицы, ежи, насекомые. Вобще интересно. А людей из садика своего я прогоняю хотя и жалко. Это бедные влюблённые и наркоманы. Купил 3 дня назад большую машину. А потом я ужаснулся, что надел на свою шею такую узкую петлю. Страховка дорогая, ссуду под неё в банке взял, опять же бензин. Правда машина не старая, 93 год, хотя есть робкая надежда, что ломаться не будет. Теперь надо на неё работать. Вечером что-нибудь продавать. А так я прихожу к себе в 8 утра, часов 6–7 сплю, а вечер у меня свободный. До декабря будет тяжело, а потом полегчает. Правда с ней есть свобода передвижения большая, спать там можно, если не будет квартиры. А в будущем можно купить маленький прицепной вагончик и этим окончательно решить жилищный вопрос. Его можно недорого оборудовать всем необходимым. А машина – «Шкода», чешская. Наверное в США не бывает таких плохих машин сомнительных марок.

Пиши. Целую. Всем привет.

Вадик.

19.08.95

* * *

Здравствуй дорогая мама! Спасибо за фотографию. Вы там с отцом очень красивые. К сожалению могу видеть только таким образом. Но если получите грин карт, а у меня будет где жить, то сможете приехать. Взял я лошадь себе на свою же голову. Теперь её надо кормить. До января будет тяжело, пока идёт выплата страховок и т. д. Потом посмотрим. Вообще здесь одиночке наверное труднее, впрочем как и везде. Сейчас что-нибудь возьму себе продавать. В квартирное бюро можно, но это медленные деньги, пока наработаешь себе клиентуру. А мне нужны быстрые и наличные. Так что опять скорее всего картины, ну косметику ещё могу. Но с косметикой надо всё время бриться и я вообще в ней не очень разбираюсь...Хорошо, что в Грузии никто не пострадал из родственников. А что ты учишь по-английски по самоучителю или просто читаешь? Лиля наверное уже говорит как на родном. Всю ночь сегодня сигнализация орёт, надоело, тараканы её что ли жрут. Раз в час свои владения обхожу и всех прогоняю. А от Инны ничего у меня нет. Всё-таки я надеюсь, что они приедут. До свидания. Всех целую.

Пишите. Вадик.

22.08.95

* * *

Здравствуй дорогая мама. Спасибо за письмо. Я сегодня утром уже звонил про бабушку. Мне ничем помогать не надо т. к. во-первых я вполне держусь, если что, сам спрошу, во-вторых самим вам тяжело.

Сейчас школу у меня забрали, теперь там полиция охраняет, а у нас сейчас охрана подъёмного крана днём. Удивительно ответственное дело. Это на окраине маленького городка Арад в пустыне стоит конфискованный подъёмный кран. 2 человека охраняют ночью, 2 днём. Он уже проржал т. что и с места не сдвигается... Машину дети обновили, помяли ногами края. Это возможно потому, что я её помыл она стала чистая и красивая. Найти кто и что не получалось и в поисках правды я наверное походил на «Шинель» у Гоголя. Варварство называется. Это было в школе, т. что возможно и потому что я их не пускал играть по дворе хотя и говорил всегда с ними вежливо. Я сначала думал, что другая машина стукнула, потом уже по следам понял.

До свидания. Целую. Вадик.

7.09. 95 г.

* * *

Здравствуй дорогая Лиля!

Спасибо за письмо и за фото вашей Флоры. Очень красивая девочка. Вам конечно очень тяжело. А что такое это Master's Degree? Это такая программа или что-то другое? (Вадик имеет в виду программу на магистерскую степень, на которую я тогда поступила. – *Прим. автора*). У нас были 3 экзамена подряд, а я забыл как списывать, вспомнил только на 3-ем и поэтому результаты по видимому будут ужасны. Знания мои убоги и слабы, талантов и способностей как таковых не обнаруживается, а курсы эти созданы для развития у меня чувства собственной неполноценности. Если меня не выгонят, то они закончатся в июле, но независимо от результатов баланс думаю будет нормальный. 2–3 часа в день работаю в прачечной – развозжу ковры и стирку. Там хозяин очень доволен, предлагает мне собирать заказы на проценты. Но я пока отказываюсь, т. к. в этом случае не буду успевать учиться. Компьютер есть, и ещё в университете можно ночью заниматься, правда там немного по-другому они устроены. Может твои зубы и волосы болят от вредного излучения. Ты узнай у врача и не занимайся, если это так. А по какой системе лечат зубы в Америке? Здесь это было бы финансовой катастрофой. В 91-м зуб у меня сломался, а починить я смог только через год на Украине. Очень жалко Бродского. Мне его стихи нравились.

Пиши. Целую. Вадик.

* * *

Здравствуйте дорогие племянницы! Спасибо за письма с картинками и поздравлениями. Мне они очень понравились, я их поставил на полку и часто смотрю. Сейчас праздник 8 марта как день, когда поздравляют всех женщин и девочек. И я вас тоже поздравляю и поздравьте и поцелуйте маму и бабушку. Этот праздник придумала Клара Цеткин, потому что ей нравился Пурим и она хотела тоже что-нибудь придумать. А потом так и пошло. В подарок посылаю вам сказку. Целую. Анкал (от английского «uncle», что значит «дядя». – *Прим. автора*) Вадик.

Сказка.

Жил-был Клоун. У Клоуна были красные штаны с белыми полосками, большие туфли идрессированный гусь. А ещё у него было много часов. Часов было много потому, что Клоун поссорился с Королевой Часов и вредная Королева устраивала с часами Клоуна разные фокусы. То часы останавливались и путали Клоуна, то вдруг начинали идти, то ломались от воды, падали и вообще вели себя ужасно, то есть они вели себя по настроению своей Королевы. А так как Клоун никогда не знал какое будет это настроение то он то опаздывал, то спешил делать всё неправильно и в конце концов так запутался что перестал обращать внимание на время. Но обращать внимание всё равно приходилось, ведь Клоун жил не в лесу а среди людей, а люди иногда бывают такие дотошные, что хотят чтобы всё было вовремя. Тогда, чтобы обращать внимание Клоун покупал себе очередные часы и они шли какое-то время до тех пор пока Королева о них не догадывалась. Однажды очередные часы сделали Ба-бах. Упали со стола, стрелки в разные стороны стекло в сторону, батарейка в сторону. И тогда Клоун рассердился. Он сказал – не буду больше покупать часы из-за этой злой, вредной Королевы. Он взял волшебный ножичек в котором было 25 разных приборов и пинцет и пилка и починил часы. Правда починил он их плохо, он не мог теперь переводить время потому что ручка за которую переводят время оторвалась. Но всё-таки это были настоящие часы, время они показывали, а Королева то ли удивилась, то ли не догадалась, однако шли эти часы долго и не ломались. А дальше

было то что будет.

* * *

Здравствуйте дорогие. Надеюсь у вас всё благополучно... Не знаю теперь когда увидимся, думаю увидимся. Хорошо что бабушке сделали стимулятор, мне говорили, что они надёжные в Штатах и долго служат.

Ладно. До свиданья. Пишите. Целую всех.
Вадик.

* * *

Там где тонко оборвётся
Когда нужно оборвётся
Без ошибки оборвётся
И немножко упадёшь

Перед тем полёт прекрасный
Перед тем полёт отважный
Перед тем полёт свободный
После чистая кровать

Так зачем же волноваться
И не надо волноваться
И не тронь зубами локти
Если всё удачно так

Неподвижность дарит память
Беззащитность дарит смелость
Боль, особо без наркоза
Бездну мудрости несёт

Так пускай проходят сутки,
Ночи, месяцы и годы
Главно дело научиться
Лишь потворствовать нужде

И затем, справляясь с судном,
Ловко, даже совершенно
По нужде большой и малой
Понесёшься ты вперёд

Пусть за окнами ненастье
Пусть поднимут снова цены
Пусть хоть мир перевернётся
Мне на это наплевать

Есть кровать и одеяло
 Есть горшок и стул и тумба
 И жратва три раза в сутки
 И уколы чтоб уснуть

Так прожив напрасно годы
 Понял я что значит счастье
 И помимо этой доли
 Мне не нужно ни хрена

(Я полагаю, что это стихотворение написал мой брат после известного падения, сорвавшись со шнура. Я писала об этом. Письмо не датировано. – *Прим. автора*).

* * *

Здравствуй дорогая мама. Пишу от т. Иды (тётя нашей мамы. – *Прим. автора*). До этого как знаешь 2 месяца с лишним был в больнице. Более менее восстановлюсь духом к весне. Много в больнице передумал. Виноват перед вами, что не смог как следует распорядиться своей жизнью. Ещё часто вспоминал наш дом, жалел, что не побывал с вами одного лишнего дня, а уехал 21 мая (Вадик приезжал из Израиля перед отъездом родителей в США. Это было в разгар армяно-азербайджанского конфликта за Нагорный Карабах. Он и его друг тогда доставили много хлопот. Друга забрали в милицию, так как он, хотя и русский парень, но родился в Ереване. Вадик уехал 21 мая, а на следующий день у мамы был день рождения. К тому времени я, мой муж и дети уже улетели в США. – *Прим. автора*). Деду Рофу вспоминал (дедушка по линии отца. – *Прим. автора*). Очень ему было тяжело лежать долгие годы не вставая с кровати, а я тогда редко к нему приходил... Сейчас мне неудобно останавливаться у т. Иды, предлагали ребята остановиться у них в Мытищах, но я к ним не пошёл, чтобы Инна не расстраивалась, т. к. будет считать, что я там пью. Она очень за мной ухаживала, я даже не ожидал. Теперь в Израиль ехать пока не могу, т. к. не смогу там никакой физической работой заниматься, ещё года 1,5–2, я думаю. В Америку значит тоже. Страховки медицинской у меня нет, любое лечение без страховки в Израиле стоит баснословно дорого. Ждать инвалидности от соц. страха надо месяца 3–4, а до этого надо как-то жить, снимать квартиру. Предлагал работать, когда встану на ноги, у него Саша Бабиор (Саша Бабиор – двоюродный брат нашей бабушки. – *Прим. автора*) из Мытищ. Ездить от его фирмы в Польшу, но не знаю, насколько это серьёзно. Ещё предлагают входить в долю в гончарное производство старые друзья с Арбата – они построили обжиговую печь и нашли глину. Денег вносить не надо, а только хотят, чтобы занялся у них сбытом в Москве и области, налогами и чёрно-белой бухгалтерией. Они как раз раскрутились где-то к весне. Инна хочет теперь с Украины переехать в Россию. Могу ещё поехать в Израиль, продать там свои права на нашканту (ипотечную ссуду) – где-то 2000–2,5. Но пока ничего не знаю. Хочу в Харьков поехать к Инне, но Инна боится, что я в поезде по дороге рассыплюсь. В общем,

Повезло наконец повезло.
 Видит Бог что дошёл я до точки
 Самосвал в тридцать тысяч кило

Мне скелет раздробил на кусочки

Ещё раз винюсь, что доставляю вам только огорчения. Я и не хотел, чтобы вы знали, они сами сказали. Если здесь в Москве сидеть документ ещё нужно российский доставать, жениться или ещё что, т. е. теперь Лужков с граждан СНГ кто в Москве живёт плату требует.

Поздравляю всех с наступающим Новым Годом, желаю чтобы он был удачным для вас.

Целую. Вадик.

(Это письмо было написано после «падения» Вадика, когда муж женщины, которую Вадик любил, вместе со своими дружками заперли Вадика, и он пытался спуститься из окна по шнуре, а шнур сорвался, и Вадик упал то ли с третьего, то ли с пятого этажа. Потом он долго восстанавливался и ходил на костылях. – *Прим. автора*).

* * *

Здравствуй Лиля! Как твоё здоровье и зубы? Это очень тяжело я знаю и тебе весьма сочувствую. Я вам часто пишу письма, но мысленно, а на бумаге трудно. У меня сейчас новое место жительства – как в стране лилипутов теперь – я такого маленьского 3 этажного дома никогда не видел и такой маленькой 3-комн. квартиры. По-моему сначала она была 1-комнатной. Если ты подключена к Интернету, то по адресу <http://www tcb ac il/~lazar/retkins> ты можешь найти мою автобиографию с курсов. За окном лает почти баскервильская собака, судя по голосу. Я уже в 92 г. жил в этом районе. А вообще скоро достигну совершенства. Потому что уже при сломе моста отсутствует всякая нервозность, правда хотя я и свожу количество вещей к минимуму, все же их много. Брюки лишние я выкинул, но свитера похоже остались и кастрюль у меня 2. И от машины много аксессуаров, но это уже ничего не поделаешь. Кончатся курсы, может взойду на гору Херсем и еще в Кинерете я не купался.

Целую. Пиши. Вадик

04.07.96

* * *

Здравствуй дорогая мама. Уже неделю живу на новом месте у старушки. Комната размером с балкон. Но зато это без заключения длительного договора с помесечной оплатой. Через 2 недели учиться мы заканчиваем. Дальше – посмотрим по обстоятельствам. Программу делаем для моего хозяина химчистки. Может смогу их продавать потом. Гала звонила. Я сейчас узнаю что получается со страховкой машины, потом наверное деньги у них заберу. Днём очень жарко. ТВ уже 2 месяца у меня нет. Это и к лучшему. А заниматься на компьютере хожу в университет в основном. Там открыто постоянно. Правда в субботу закрывают зал с машинами на которых я работаю, но сейчас мы научились другие запускать. Жалко, что математику я почти совсем забыл и мозги уже плохие. Самоучитель на кассетах которые Лиля прислала почти уже тоже заканчиваю. Пиши про ваши дела. Всем привет.

Целую Вадик.

14.07.

* * *

Здравствуйте дорогие!

Поздравляю с 8-м маму, бабушку, Лилю, Флору-Марию, Радулю. Тоже поздравьте Веру, т. Аллу, Иру, Юлю. Извините если забыл кого, всех с наилучшими пожеланиями. Вот какой у вас долгий список в Америке. Ещё Пурим в начале марта. И у бабушки день рождения 12 марта, но здесь я вероятно позову, однако на всякий случай тоже поздравляю. У меня всё по-прежнему. Очень хорошо питаюсь, как никогда прежде, т. к. завод, где я на складе работаю производит обеды для столовых и ресторанов. Так что я теперь ничего не покупаю кушать домой. Душевые там есть, прачечная. Так что пока не выгнали живу как при коммунизме. Там даже напитки на складе есть: коньяк и разные вина. Другие трудящиеся выпивают, я сейчас правда совсем не пью.

Целую. Вадик.

* * *

Дорогую бабушку поздравляю с юбилеем. Желаю до 120 в полном здравии и с хорошим настроением.

Целую. Вадик.

* * *

Здравствуйте дорогие! Поздравляю с Новым Годом с пожеланиями всех благ, главное здоровья, совпадения желаний с возможностями. Последний раз мы его вместе встречали где-то в 78 г., теперь имею желание, но не имею такой возможности.

Целую. Вадик.

* * *

Здравствуй дорогая мама! Спасибо за письма и посланные 50\$ я получил. К Марине в Ашдод я подъехал, но мне тяжело с людьми общаться, отвык от этого и наверное произвожу на них нехорошее впечатление. Я не знал, что ей привезти, купил на своём заводе 3 коробки салатов и бутылку вина, которое я знаю, что оно неплохого качества и повёз. Ещё хотел купить цветы, но потом забыл. Потом мы с ней и Яником (Яник – мой и Вадика троюродный брат. В Израиле Вадик общался ещё со своим школьным товарищем Яником. – Прим. автора) покушали на кухне, а потом автобусы не ходят уже, ну я и поехал обратно. Они там Марину развлекают и возят на разные поездки и экскурсии, ну если будет возможность я тоже что-нибудь предложу, хотя вряд ли, конечно смогу предложить что-то интересное. Транспорта опять же нет. К тому же я сомневаюсь, что общение со мной может быть достаточно интересным.

...Инне паспорт не давали долго, т. к. не могли перевести на украинский язык имя Юлиан и её отчество Абдулловна. Теперь вроде перевели. А здесь наверное тоже перевести затрудняются. Поздравляю тебя с наступающим днём рождения, с пожеланием благополучия и что бы ты не беспокоилась, и все дни твои были бы радостными и спокойными. Очень мне жаль, что являюсь причиной твоих постоянных огорчений. До свиданья. Целую. Привет и поцелуй папе и бабушке.

Вадик.

15-5-1999

* * *

Здравствуй дорогая мама! Спасибо за письмо и посланные 20 долларов, однако не надо посыпать, т. к. я ни в чём недостатка не испытываю. Всё у меня хорошо. Поздравляю с днём свадьбы 7 июня тебя и папу и Лиле передай поздравления с днём рождения с пожеланием творческих и других успехов. Конечно было бы интересно почитать статью про папину выставку в Новом русском слове, пришли если можно ксерокопию.

Марине для Славика я дал шапочку поскольку не видел майку которую ты мне сказала купить. Ещё дал две кружки, верблюда для Лениной дочки, крем для рук. Наверное это не то. Но я не знаю, какие можно оказать знаки внимания. Я ещё хотел зайти в магазин и передать что-нибудь для Милы (Мила – двоюродная сестра нашего отца, живущая в России. – Прим. автора) и Саши Бабиора, но так как Марина увидела меня с балкона то в магазин к сожалению не зашёл. А до этого тоже не мог попасть, хотя конечно надо бы. Вообще это трудно бывает довольно выбирать подарки и сувениры, поскольку сам я к вещам большого пристрастия не испытываю, скорее даже наоборот. Потому и за других думать затруднительно. Не сердись на Рафика, он же не виноват, что у него «страшная борода». И на меня тоже не сердись. 30 лет ума нет.

Студент знакомый приносил программу сделать, он работает в институте по исследованию лечения разных всяких болезней – эксперименты и т. д. А программы для этих научных работников я посмотрел – так вовсе не очень сложные. Я бы мог тоже у них программистом наверное работать. Впрочем нет так нет. Не буду лезть в калашные ряды. Ты обо мне не беспокойся только пожалуйста. А то мне и звонить даже неудобно. Каждый раз себя ругаю, что принёс своим звонком расстройство.

До свиданья. Целую. Вадик.

4 Июнь 1999

* * *

Здравствуй дорогая Лилечка! С любовью поздравляю тебя с 40-летием (к сожалению с опозданием, т. к. не знал, что ты достигла столь зрелого возраста). Желаю тебе долголетия и плодовитости в потомстве подобно оливе на картинке и величия и славы, как у Петра I (тоже родился, как ты знаешь 9/6).

Целую. Вадик.

* * *

Здравствуйте дорогие. Получил письмо от бабушки и мамы, т. что спасибо большое. Извините, что вас расстраиваю с этими разговорами о Инне и наших отношениях. Сам себя потом ругаю за свой длинный язык. Решил, что если поедет то пускай, т. к. там плохо а Юлика я как-то приму, а там что будет то будет. Так бы получилось, что я унижаю от своих обещаний, а это нехорошо. За Милин адрес спасибо, напишу ей. Ты, бабушка, напрасно пишешь, что я не хочу учиться. Я учусь почти каждый день делаю хоть и маленький но шаг вперёд в программировании. На складе у меня учебник тоже лежит, когда удаётся читаю. Что же касается формального образования то это и дорого и времени, когда работаешь нет. И работаю сейчас не от посредника, а меня в этом месяце напрямую перевели в фирму, это большая сеть торговых предприятий. Меня там ценят за то, что хорошо езжу на автопогрузчике, и без напряжения могу перекидать много мешков, считаю в уме быстро. Право на бесплатные курсы только с августа. Ещё раз не сердитесь, что я, осёл, беспокою вас своими проблемами. На самом деле всё не так плохо, как вы себе это представляете. Вот ещё рассказики, я уж не помню где и когда слышал и один

учительский афоризм:

На счету у Султана всего 279 голов и дружба с Визиром с детских лет. «Эта груша так прекрасна но высока. Друг мой, пока нас не видят низшие я нагнусь, встань на мои плечи и сорви мне желанный плод».

Придя домой Визирь попросил жену собрать в корзину самое необходимое. И в эту же ночь Султану отрубили голову, а утром Визирь уже был в тоскливой яме 2×2 метра без выхода, а похлёбку ему спускали раз в три дня на крюке алебарды. Такое время... Прошло много лет. Собака пробегавшая мимо, подняла лапу и осквернила даже эту скучную трапезу. В жизни случается и такое. «За все эти годы я не просил тебя ни о чём, о Стражник. Если ты можешь рискнуть и выполнить мою просьбу то уже на следующую луну ты будешь ходить в шёлковом халате. Зайди к моей жене и уговори её приготовить плов, купить шербет и созвать тех, кто не забыл моё имя»...

Когда на следующий день после государственного переворота любопытные спрашивали возлежавшего на шёлковых подушках Визиря о секрете его предвиденья, то после 6-й чаши шербета упорные получили ответ. «Когда я стоял на плечах у Султана, то я понял, что выше лишь небо и возможно только падение, когда же собака помочилась мне в похлёбку, я понял, что это дно бездны и возможен лишь подъём». Многие считали Визиря безумцем, но от слов его не стал ясновидящим ни один человек.

Глупый учится для того, чтобы победить других, умный для того – чтобы самому стать лучше.

Может это более подходит для детей. До свидания. Целую.

15 июля 1999

* * *

Здравствуй дорогая мама!

В холодильнике я уже не работаю, т. что не волнуйся. Пришёл молодой начальник и меня уволил за дерзкие речи. Потом 2 дня делал инвентаризацию в магазине. А теперь пошёл на завод по плакатам и делаю там рамки. Это я умею, потому что делал когда продавал картины и соответственно все их инструменты и приспособления знаю. Правда их владелец требует от меня клятву верности, но всё-таки неделю дал на раскачку. Дальше посмотрим. Если бы не эта клятва то я бы там спокойно работал. Инна звонила, говорит, что оформляет документы сюда. Не знаю как у неё получится, с Юликом она сразу ехать боится, без Юлика у неё будут проблемы с оформлением и вообще всего она боится. Ну она мне помогла с переломами и приютила, я ей тоже постараюсь помочь, а дальше не знаю как получится. В конце концов ваш консул требовал от меня быть женатым. Юлик она говорит, стал очень ехидный и насмешливый. Компьютер ищу подержанный, всё никак не могу найти. То не успеваю, то конфигурация не подходит, то телефон теряю, то дорого. Учу иногда английский по TOEFLy (очень хорошее пособие) и ещё с конца февраля записался на бесплатные курсы по английской грамматике. Это в рамках подготовки к психометрическому экзамену в университеты. Я не знаю ещё точно нужен он мне (экзамен) или не нужен, т. к. первая степень у меня есть, но может попробую сдать, т. к. его результаты действительны в течение 5 лет. Пиши как ваши дела и здоровье.

Целую. Вадик.

17 июля 1999 г.

* * *

Здравствуй дорогая Лиля! Я одновременно получил письма от тебя и от мамы и от бабушки. Поэтому я им написал ответ и там тоже много написано т. что кроме этого у меня новостей нет. И принтера нет. То есть есть, но его надо забрать из Беэр-Шевы. Так, что пишу от руки. Жалко что у Рафика болит нога. Передай ему привет и пожелания выздоровления. Я рад, что у тебя такие способные дети и ты тоже способная и выигрываете конкурсы по грамотности и по эссе. А что такое «эссе»? У Шекспира было по моему 6 пьес. У тебя только 2 но это не страшно, со временем можно дописать недостающие. Я очень часто вспоминаю как тебе говорили, что мясо палкино, потому что ты жалела животных и думаю – какая у меня замечательная сестра (когда я была маленькой, то из жалости к животным отказалась есть мясо. На мои вопросы о том, чё это мясо, бабушка отвечала: «Палкино» – и я, успокоенная, ела. – *Прим. автора*). Ни у кого нет такой хорошей сестры. А почему ты пишешь, что за меня «досадно и больно», но «лишь бы было тебе хорошо». Это нелогично. Ты не огорчайся, что нет «хорошей машины». С ней много хлопот. Лучше если у вас есть права берите напрокат, я имею в виду для каких-то увеселительных прогулок. Хотя мне такого рода прогулку, если б она имела место, больше понравилось бы совершить на чужой машине или на автобусе. Вот прочти стишок в подарок твоим деткам:

Тиграм надо жрать
Порхать пичужкам всем
А человеку спрашивать: «Зачем? Зачем? Зачем?»
Но тиграм время спать,
Птенцам – лететь обратно
А человеку утверждать, что всё ему понятно.

Курт Воннегут. «Колыбель для кошки»

Не правда ли остроумно?
Целую. Вадик.

* * *

Здравствуйте дорогие! Совсем я разучился писать письма и за это время с вашего отъезда так ничего и не написал. Комнаты всё никак не докрашу. Не волнуйтесь за мою работу найдётся какая-нибудь, я сам волнуюсь и хочу чтобы нашлась, т. что будем надеяться. Рома Банквичер вчера звонил перед его отездом в Америку. А с остальными пока связи нет. Сам собираюсь позвонить Чингизу (Рома и Чингиз – друзья отца. – *Прим. автора*). Учусь ещё до конца июня. Потом уже 2 месяца на манёвр будет в резерве и за них, да и сейчас надеюсь куда-нибудь пристроиться.

Юлик сейчас такой стал колючий, возраст переходный, да и воспитатель из меня не очень хороший. Думаю что со временем всё образуется. Целую. Я смотрю на гобелен и всё вспоминаю добро и тепло вашего приезда.

Вадик.

* * *

Здравствуйте дорогие. Прошло 8 дней на этой работе. Мне очень интересно, но есть много вещей до которых надо докапываться. Немного утомительно целый день находиться за монитором. Я постараюсь оставаться там, по крайней мере всё что от меня зависит. Получил отметки с курсов по почте. По всем почти проектам у меня

100, а остальные выше 90. Английский – 88. Шкала здесь 0–100. Такие хорошие в учёбе результаты у меня впервые. У Радули день рождения скоро 23 (имеется в виду не число лет моей дочери, а дата её рождения. – *Прим. автора*) (Инна мне сказала). Поздравьте её пожалуйста и Лилю, я постараюсь написать открытку. Адрес сайта: www.puzzlehead.com. Сейчас они делают сайты для фирмы по пр-ву драгоценностей, для поваров, ещё для кого-то. В основном работают на Flash-4, а я пока вожусь с ASP – это листы выполняются на сервере и передаются обратно.

Целую. Вадик.

* * *

Здравствуйте дорогие! Не получаю от вас писем. Не надо класть деньги, они пропали в письме, а просто пожалуйста пишите. Конечно если есть время и настроение. Этот последний месяц учусь. Может они помогут с устройством, т. к. попросили принести а/биографию... Там тяжёлый материал и если я сейчас начинаю бегать то потом трудно догонять. Не волнуйтесь. Устроюсь. А что получилось с документами на Америку? С этими я не иду т. к. там написано на неженатого. Дедушка сейчас в синагогу не ходит т. к. плохо себя чувствует (Вадик отводил одного старика соседа в синагогу. – *Прим. автора*). Они часто спрашивают о вас и особенно где вам нравится больше здесь или в Америке и не хотите ли переехать жить сюда. А мне жалко что вы так много ездили а в Музей диаспоры я вас не повёл, так и не получилось. Собираюсь позвонить Чингизу. Поздравляю, конечно с опозданием с днём свадьбы и Лилиным днём рождения. Лиле правда теперь можно слать поздравления по e-mail. Если папа ты хочешь сконструировать свой сайт, страницу в Интернете, то пришли мне фотографии работ или по e-mail или просто фотографии, ну и если можно макет, как ты хочешь чтобы это выглядело: слова, цвета, оформление, какие мультипликационные эффекты, и что ты хочешь чтоб там было, т. к. у тебя художественный вкус есть, а у меня нет и если я это буду делать то будет в лучшем случае плагиат, так. что лучше чтобы оформление было хорошее. А также если тебе нужна реклама для других работ, например для проектирования. Я когда твои фотографии работ «Баку» и «Бог един» поместил в свою курсовую работу по Javascript то эта учительница была в большом восторге (от гобеленов) и спрашивала есть ли ещё. А ещё не было. И Лилины стихи можно публиковать если она захочет. Я ей писал.

Целую. Вадик.

июнь 2000 г.

* * *

Здравствуйте дорогие! Спасибо большое за поздравления и за подарки... Инна вот пошла в посольство её конечно отправили по новым законам ну это я отцу говорил. Сейчас буду подавать просьбу в МВД чтобы их пропустили. Компьютер старый у меня клавиши не работали, я открыл думал починить но компьютер совсем перестал работать. Там новая сборка всё на полиэтилене. Ученик появился, даю ему домашние уроки по V. Basicy, даже какие-то деньги платят. Ну я с ним всё равно больше занимаюсь. 13 лет, ему интересно игры всякие делать, эффектные программы. Я этим раньше не занимался никогда, но теперь пробую. Плохо, что нет дома компьютера нормального, на моём V/ Basic не пойдёт конечно. Ну ничего, так эмпирически чего-то решаю в уме. Очень способный ученик и хочет учиться. По русски правда не говорит. Я думал сначала, что ему будет неинтересно, а потом вижу, что интересно. Не получилось из меня программиста. Теперь передаю другим

накопленный опыт. Зато на складе всё хорошо и меня никто не выгоняет пока. Мешки, коробки и т. д. Там такие кошки размером со среднюю свинью. О людях и не говорю. А не поесть ли ещё спрашивают нам орехов с мёдом? Прямо изобилие. До свиданья. Целую, Вадик.

P.S. Мама! Напиши если хочешь Инне. Она всё стремится поддерживать отношения с вами.

* * *

Здравствуй дорогая мама!

Спасибо за письмо. У меня всё хорошо. Здесь ещё не жарко. На работу езжу. Вот меню сегодняшнего обеда: гофлете фиш, мясо, куры, языки, картошка жареная с яблоками, плов с сухофруктами, салаты 5 видов: яичный, капустный, ананасовый, орехи с салатом и мёдом, хумус (постное блюдо – трёхтырь горох с добавками). Видишь как хорошо. И так каждый день только всё время разное. А когда нет обеда тоже можно кушать. Т. что до лета думаю здесь работать. А потом уже дни будут набраны и можно подумать об образовании и ещё что-нибудь. А можно не подумать. Вечером правда прихожу уставший и мало что делаю на компьютере (если этот путь вообще куда-то ведёт). Чингиз звонил передаёт привет. Приглашал меня в гости. Лене я звонил тоже приглашали в гости. Только я в гостиходить не люблю. И к себе приглашать никого не люблю. Правда я убираю но шкафа у меня нет, есть только книжные полки, а куда убирать вещи из одежды – проблема. И стул один. Но гости и не ходят и это правильно. Читаю «Иудейские древности» – на 3–4 месяца хватит. Потом есть китайская «Книга перемен» – но это очень серьёзная работа – пока не хочу. Сейчас забастовка дворников и город этот Бат-Ям стал грязный, как Беэр-Шева. Вот так мне везёт с городами. И айкидо из-за забастовки нам заниматься тоже не дают, а жаль, это очень светлое пятно, философское занятие, и учитель хороший, я таких талантливых педагогов ещё не видел, кроме тебя конечно ты самая талантливая педагог и мама. Там очень много падений и перенаправлений энергетики (речь идёт об айкидо. – *Прим. автора*). Но вот забастовка мешает. Ну ничего.

До свиданья. Целую. Вадик.

* * *

Здравствуй дорогая бабушка!

Спасибо за письмо. Ты всё вспоминаешь, что я приехал к тебе в Исмаиллы, но совсем это не стоит такой благодарности. Это и совсем было нетрудно, сел на автобус и приехал. В Нью-Йорк положим было бы посложнее. Плохо конечно если трудно глотать тебе сейчас, как ты пишешь, правда считается измельчённая пища вроде бы полезнее. Во всём приходится находить положительные стороны. Что касается того, чтобы чему-то учиться, то я всё время учусь, этим дни мои в основном и наполнены кроме работы – 5 дней в неделю по 10 часов, да и там наверное чему-то учусь. А я всё помню, как я тебя мучал с тем чтобы купить собаку, а теперь прошло время и я вижу что ты была права. Не потому что сейчас плохо отношусь к животным, а просто нехорошо со стороны человека навязывать им свою среду обитания и своё общество. Да и во многом другом тоже. Ну ничего. Приходится самому наступать на разные штабры. Это ведь тоже у каждого своё. Мне говорил Женя Соловьев (сын двоюродного брата нашей бабушки со стороны матери. – *Прим. автора*), что все вспоминают дядю Сашу (брата бабушки с материнской стороны. – *Прим. автора*) как человека необыкновенной доброты, да я и сам его таким помню. Хотелось бы в этом походить на него, но я слишком к людям невнимательный, даже не от эгоизма, а скорее от лени

и неорганизованности. Да и привыкаешь к одиночеству, оно уже всё больше воспринимается как естественное состояние, а может и есть естественное. Выходишь ли ты гулять на побережье? Вы вроде бы недалеко от берега живёте. Или это тяжело? Я всю зиму по субботам ходил купался. Сейчас наверное не буду, потому что уже становится больше народу, будет на пляже теснее и грязнее. А так у меня всё хорошо, т. что не беспокойся за меня. Будь здорова и в хорошем настроении. Целую. Вадик.

* * *

Здравствуйте дорогие! Как-то я разучился совсем писать письма и внятно излагать на бумаге мысли. Бумага есть, мыслей мало. Ужасно, что с д. Костей (Вадик пишет о болезни мужа маминой тёти. – *Прим. автора*). Я от Славика (Славик – наш троюродный брат. – *Прим. автора*) сейчас ничего не получаю, ему даже не знаю что писать. Послал ход в шахматы по e-mail, он мне не ответил, наверное не надо было слать. Стало у нас холоднее. Сразу сломался нагреватель для воды. Инна всё время болеет. Операция должна быть 8 января, наверное будет тяжело перенести. Что причина и что следствие, состояние здоровья или характер, так я уже не очень понимаю. На работу свою прихожу рано, ухожу поздно, 5 дней, в пятницу уже давно надеюсь починить в машине 5-ю скорость. Механики все здесь очень хитрые, похожи на компьютерных техников. Книги по каббале – «Зоар» и ещё несколько работ брал в библиотеке коммунистической партии Израиля, напротив дома, а сейчас нашёл каббалистический сайт в Интернете – очень хороший и интересный, я Лиле пошлю адрес. Ещё в Интернете нашёл острова на продажу: средний остров стоит \$250 тыс., а в районе Северной Америки даже \$25–29 тыс. Когда у меня 1–1 в банке перейдёт в стабильное 1+1, то буду думать об острове, хотя это конечно всё неважно. А правда, что в руку Статуи свободы в Нью-Йорке можно подняться на лифте? Мне должны дать визитную карточку я её тогда вам пошлю.

Целую. Вадик.

* * *

Здравствуйте дорогие! Поздравляю с 1 сентября всех педагогов и учеников. То что Инна звонила – к сожалению наша жизнь не без конфликтов. Но думаю, что найду моральные силы для их разрешения. Очень жалко только, что Юлик видит ссоры. С американским гражданством позиция такая: я говорю, что хочу гражданство оформить, в Америку приехать, насчёт жизни там, честно я не знаю, но и израильское гражданство остаётся. Инна, а за ней Юлик – в Америку мы ехать не хотим. Причина – не рациональная, а какая-то ревность и глупость. Из той же оперы, почему Юлика летом не отправили было к вам. Они не могут сейчас поехать на Украину и вернуться сюда, т. к. у Инны нет израильского гражданства. По закону могут дать в октябре, а могут и не дать в течение 5 лет, как я узнавал. Но и Израиль им не нравится. Мне даже хотелось бы поговорить с Инниним братом, поскольку с ним можно хотя бы что-то обсуждать без эмоционального фона, как мне кажется. Слишком криво я раньше думал, чтобы всё это понимать. По настоящему я благодарен наверное и Инне с её приездом, т. к. она помогла мне понять многое, по краткости, что жить надо честно. И очень-очень благодарен за ваш приезд. Машину эту больше я купил, чтобы как-то им показать Израиль, поскольку подвернулась такая возможность. Юлика тошнит в автобусах, а в пятницу и в субботу мы никуда не выходим. Машина обошлась очень недорого. Руслан за ней хорошо следил (правда машина немедленно стала причиной конфликта). Мне тоже это удобно. Время на дорогу на работу сокращается на 2 часа, расходы примерно такие же. Хотя для себя я бы не покупал, удобнее мотороллер. Вы

мне все эти годы очень помогали деньгами, поэтому сейчас если продержусь на этой работе, я смогу помочь и вам и Лилиной семье, если нужно.

Очень хочу к вам приехать
Целую. Вадик.
2 сентября 2000 г.

* * *

Здравствуйте дорогие! Посылаю несколько фотографий. У меня всё нормально и хорошо. Так что не волнуйтесь. Правда в стране напряжённо. Я раньше этими проблемами не интересовался особенно, сейчас вижу, что не надо было Израилю идти на территориальные уступки. В чём-то ситуация похожа на историю с американскими индейцами, правда освоители Америки не придерживались особенно библейской морали.

Очень был потрясён про д. Костю. По-моему его мама умерла от той же болезни. И очень их жалко и не знаю тоже как об этом говорить.

Отцовский сайт делаю потихоньку с переменным успехом, но получается медленно, т. к. работаю с 9 до 9 каждый день, а в пятницу, субботу не всегда получается. Но буду потихоньку делать. Сейчас в субботу старика вожу в синагогу. Но денег брать уже за это как-то неудобно, т. к. зарабатываю уже побольше. Всё вспоминаю, как я хотел бросить программирование несколько раз, а вы меня отговаривали. Вот в конце концов получилось хорошо.

Я читал в Интернете, что США отменили въездные туристские визы для некоторых стран, может быть для Израиля тоже. И повысились квоты для приёма иностранных специалистов. Если какое-то время проработаю по этой специальности, то возможно смогу претендовать на какую-нибудь работу.

Юлик занимается по ивриту, английскому и математике. Читал он письмо от Флоры, а писать у нас трудно, но надеюсь напишет.

Целую. Вадик.
6 ноября 2000 г.

* * *

Здравствуйте дорогие мама и папа. Очень солнечная хорошая погода. Поздравляю всех женщин с наступающим 8 марта. Это также и Пурим. На работе нам сказали одеть карнавальные костюмы, но это я уже не знаю, что одеть. Птицы здесь разные поют. Есть очень красивые, но не знаю как они называются.

Целую. Вадик.
Напишите пожалуйста, как вы справляете этот Пурим – 8 марта и что делают на него Лилины девочки.

5 марта 2001 г.

* * *

Здравствуйте дорогие! Спасибо за письма, я получил сегодня 2-е. К врачу я пока не хожу, нашёл в интернете сайт по психологии, но в принципе сейчас это уже не нужно. Зачем взрослый детина 40 лет должен по врачам ходить. Ты мне медальон с заповедями дала, сказала, чтобы был сильным, вот и буду стараться соблюдать заповеди и быть сильным. Всё время надо чему-то учиться. Конечно, хотя я себя за это ругаю, всё равно я копаюсь в прошлом, хотя поправить в нём уже ничего нельзя.

Утром йогу делаю по книжке. Лучше чем врачи. Семью и детей я хочу. Это основа и смысл человеческого существования. Но с хамством уже не могу мириться, потому что не могу и не хочу жить двойной жизнью. Раньше мог и хамство было для меня такой же естественной средой обитания как и любая другая. А для Юлика может лучше, что я отдельно, так хоть будет место куда он сможет прийти, если захочет. Вчера звонил, хочет письма мне какие-то отдать. Большой сайт делаю по работе, но простой, а до этого был сложный.

Если бы мы жили рядом, тогда мне нужна была бы машина, я бы вас всюду возил. Хорошо – отцовский гобелен на стене висит, не надо было его оставлять (он имеет в виду оставлять гобелен своей жене. Она называла его «ковром». – *Прим. автора*). Он очень помогает мне. Буду ещё писать.

Целую. Вадик.

* * *

Здравствуй дорогая мама!

Трудно писать, т. к. в уме с тобой разговаривал, а на бумаге не получается. Вообще жалко, что мысли человеческие уходят, и если не передаются, то исчезают. Поэтому наверное «рукописи не горят». Кто-то прочтёт и передаст дальше как бильярдный шар. Может код который пишу на работе кому-нибудь будет полезен. Не вини себя за мою жизнь: я вам очень благодарен за неё, и детство было прекрасное, другим такого не выпало, и всё-всё вы делали для нас, жили для нас. А что путь у меня кривой, так и деревья вырастают бывает кривые, даже люди в кривых деревьях могут найти особую красоту. Потом всё равно выравнивается, ведь дерево тянется к солнцу. Надеюсь на встречу.

Целую. Вадик.

Тяжело получается любить жизнь, людей, верить в добре и открывать своё сердце для мира, но всё равно нет другого пути. Это совершенно не из книг, книги и вообще печатное слово понимаешь если как-то отражает мысли, а сейчас вообще ничего не читаю, особенно книгу по каббале которую ты у меня видела. Может потом как-нибудь.

2001 г.

* * *

Здравствуйте дорогие. Поздравляю папу с д. рождения 14 апреля. В прошлом году тоже вы отсюда уехали до него. Желаю здоровья и хорошего настроения. Надеюсь, что на следующий год хотя бы смогу быть рядом. За меня не волнуйтесь, всё хорошо. Читаю сказки Шварца – очень интересные сказки. Объявление о продаже машины написал, теперь надо склеить и развесить. Всё лень. Пишите. Целую. Вадик.

1 апреля 2001 г.

* * *

Здравствуйте дорогие! Вчера был у Иды Клементьевны в гостинице. Очень интересные там есть люди, только территория расположена под наклоном, имходить тяжело, скамеек тоже не ставят. А так вокруг красиво. У них проводят разные мероприятия, раньше она ездила на экскурсии, но теперь трудно, т. к болят ноги. Она соблюдает сейчас все правила Торы. Это требует усилий в приготовлении пищи и в быту. К Жене Столову звонил, он был в гостях у мамы в Бейт Шемеше. К сожалению

с ней я не знаком, надо было попросить познакомить в своё время. До праздников говорил по телефону с Банквечер и его сыном, который вернулся из Америки. Сын со мной разговаривает на иврите, т. к наверное они приехали сюда когда он был совсем маленьkim. Племянницы мои наверное тоже потом будут говорить только по-английски, если уже не сейчас. Как с Юликом наладить приличный контакт не знаю. Нет навыка такого рода общения, всё-таки может быть какие-то мои знания или взгляды были бы ему полезны. Он же не виноват, что оказался вовлечён в наш конфликт. Ну ладно, думаю что-то со временем возникнет. Пишите. Целую. Вадик.

P.S. Сегодня 14.4 т. что хочу ещё раз папу поздравить с днём рождения. Очень жаль мне что когда мы жили вместе, в этот день я делал какую-нибудь очередную глупость.

14 апреля 2001 г.

* * *

Здравствуй дорогая мама! Спасибо за письмо. Работу я пока не теряю не волнуйся. Встаю в 6 каждый день. В 8 утра иду на работу, в 9 вечера возвращаюсь, гуляю пешком 1 час и ложусь спать. Здоровый образ жизни. Социальные психологи бастуют, поэтому купил психологическую лечебную книжку. Очень поучительно. Звонил студент, тот который дал мне губительную идею христианского всепрощения и милосердия. Говорил, что у них есть место программиста, но пока меня отсюда не гонят, новое искать не хочу.

Ида Клементьевна болеет и всё время падает. Надо к ней поехать поменять миксер в магазине, который мы вместе купили. А у её соседки дочь умерла в Израиле, была виолончелисткой. Осталась виолончель, я подержал, конечно играть не могу, но смычок держу и сижу правильно. Библиотека Коммунистической Партии всё закрыта и не могу сдать или поменять сказки Шварца. Познакомился с дворником, когда хожу по утрам делать зарядку с ним беседую. Очень интересный и добродушный человек из Самарканда, курит самокрутки. В парке меня уже узнают собаки, вороны и ещё павлин там ходит настоящий.

Целую. Вадик.

29 апреля 2001 г.

Два письма, посланных по интернету

15 мая 2001 г. 1:22 ночи

Лиля! Нет ли у тебя какого-нибудь заочного психолога по e-mailu, т. к. ходить к обыкновенному психологу нет ни денег ни времени ни сил. Ты не думай я сам прекрасно справляюсь у меня много чувства юмора, но мысли мешают работать а избавиться от них не получается. Они за каждым углом любой даже самый маленький поступок по вопросу ужасных семейных отношений вызывает шквал и обвал мыслей, а если поступков не делаю то начинаются упрёки в трусости и нерешительности. Очень от этого устаю и мешает работать и жить. Болезнь какая-то. У людей куча романов и связей и ничего, а здесь на одной руке перечислить могу, а результат – три кости сломаны, зубы, челюсть, порезы ещё и мозги поехали. И всем вам надоел своими приставаниями. Это ещё хорошо что я далеко а если бы жил рядом измучил бы всех. Ты не принимай близко к сердцу то что пишу просто слова всё это и мама пусть на меня меньше внимания обращает и на письма мои тоже. Потом всегда жалею что звоню пишу что-то делаю.

15 мая 2001 г. 2:20 ночи

Не обращай внимания что я пишу. Всё пустое. Отцу надо в сайт личные фото посадить всё не сберусь. Ты посмотри может что-нибудь придумаешь ещё. Ты может придумаешь себе сайт со стихами и прочим, как это должно выглядеть что должно быть внутри если ты придумаешь и дашь мне дизайн и информацию то смогу тебе собрать. Не обязательно на «geocities». Подумай, напиши. Целую. Вадик.

Письма, посланные обычной почтой

* * *

Здравствуй дорогая мама! Посылаю анкету для Лили. Получил твоё письмо. Спасибо. Всё правильно. Не волнуйтесь. Я в себя приду. Такой значит период тяжёлый. Наверное переход в другое тысячелетие. А если у папы процедуры закончатся, то он сможет возможно пожить у меня? Здесь парк рядом хороший, можно было бы снять отдельную квартиру. Конечно если он хочет. Правда тяжёлый перелет и акклиматизация. Я в этом мало что понимаю, надо у врача спрашивать. Сейчас уже жарко становится, но комната моя довольно прохладная.

Пишите. Целую. Вадик.

28 мая 2001 г.

* * *

Здравствуй дорогая мама! Я пишу тебе очень длинные письма в мыслях на бумаге получается гораздо хуже. То, что писал Лиле – наверное хорошо, что она не понимает. Это язык поэтов, одиноких людей, сумасшедших и птиц. Это не значит, что я ненормальный. Просто Лия хоть и поэт, но к счастью живёт нормальной человеческой жизнью и поэтому по привычке детской спрашивает меня: «А ты сумасшедший?» Когда ты была здесь то увидела слабого больного мальчика, и ты спасла меня, дала мне медальон с заповедями и сказала «Будь сильным». И я старался стать сильным, но по мере того, как я им становился перекручивал волей неволей всё своё прошлое и чистил авгиевы конюшни души. Гораздо счастливее жить с чёткими взглядами и не сомневаться. А я увидел свою слабость. У меня не получается писать последовательно, поэтому я тебе выскажу несколько своих мыслей. Когда я хотел продать машину, ты мне сказала – не продавай, а лучше научись её ценить. Это был очень мудрый совет. Действительно уделяя этому время узнаёшь что-то новое общаешься с людьми, живёшь в конце концов. Гораздо проще продать, избавиться от проблем и освободить время и душу. Для чего? Для другой машины? Но с ней тоже будут проблемы. Ты мне сказала этим советом: если что-то не умеешь то лучше учиться, а не уходить от проблемы.

Машина – семья. Отец сказал – эти люди больны веществом, мещане. Да. Правильно. Называя вас в детстве мещанами я не знал, что попаду в действительно страшно мещанскую среду. Есть одно но. Когда отец пришёл к тебе в дом, то обстановка в плане дизайна была не очень. Но он приложил тепло своих рук, свой вкус, душу, любовь. Этот маленький глупый брат. Взял в руки деревянную саблю и поехал воевать (я думаю, здесь Вадик имеет в виду брата Инны, у которого с Вадиком испортились отношения, хотя образ применим к самому Вадику не в меньшей степени. – *Прим. автора*). А меня ведь так легко подбить на это дело. Всю жизнь воевал со всем миром, с вами, школой, армией, людьми. И с Инной и с Юликом тоже. Приехали люди с которыми 14 лет у меня была странная, надуманная, театральная семья. Приезжал, играл свою роль 2 недели-месяц, уезжал. Наверное играла роль Инна. Юлик вряд ли. Для него это была реальная картина его мира. Когда здесь мы стали жить вместе, то выступления на 2

недели закончились, маски и костюмы пришлось снимать, к счастью и не нужны они мне больше, т. к. пришло время и захотел жить открыто и честно, как велят корни нашего дома. У Инны свои маски, свой путь, в этом карнавале причина нашей вражды. Всё это кипело, боролось 1.5 года, за войнами не обратил внимания, что сын мой смотрит уже мимо меня. Тоже и последний случай – какое сострадание к больной, когда в руке деревянный меч. Это слабость. И ты увидела приехав меня слабым и разбитым и увидела что ни у меня, ни у Инны и Юлика нет к друг другу тепла, любви и доверия и решение наше о разводе было верным. Ведь после сумасшедшего дома когда я вышел, то хотел опять идти и сражаться, представляя себя санитаром, который входит к сумасшедшем и не понимал, что пусть в идеале, но в основе у этого санитара должна быть любовь, а не гордыня и самоутверждение. И не вышло бы тогда ничего хорошего из этих метаний. Это тогда. Сегодня нет в руке у меня меча, хотя и должен быть наверное. Вот и вижу я что моя Инна просто дура, которая не умеет создавать семью, а также как и я воюю со всем миром, это уже по своим специфическим причинам. Ты пишешь мне, что я в неё не влюблён. Так я не умею это делать толком, а хорошего у неё тоже много, за что многое я благодарен. Люди живут вместе, познают друг друга, взаимно обогащают, приходит любовь, да думаю и есть она. Но вот другое дело, что оскорблению терпеть я не намерен, дом своего отца куда я пришёл после долгих лет люблю. Обычно блудный сын я знаю, босой и раздетый на картинках, ну да и я всё старое потерял. Последнее – семья, особенно сильно и тяжело. Потому и хочу поговорить с ней последний раз. Не для того чтобы просить, а чтобы понять. За эти 5 месяцев очень многое в себе я пересмотрел и не могу отказать в этом праве и Инне. Иначе она уедет, и опять я буду говорить с призраками. И Юлик мой сын хоть и не признаёт меня. Ведь я в его годы и позже вёл себя куда как плохо, а вы от меня не отказывались.

Это всё очень тяжело но думаю, что надо не бояться жить.

Целую.

Вадик.

На фото которое вы сделали когда вы были здесь у отца такие счастливые глаза, а после всего этого последнее ваше фото очень грустное. Ты сказала мама что выхода не было у меня и не потому сейчас мечусь а потому что хочу стать более хитрым и этот выход найти. Потому что хочется верить в добро какое-то и выдержать. Не сердитесь за это письмо на меня, но так трудно всё время говорить только с самим собой. Может и не будет никакого разговора с Инной, но в любом случае от своей веры я не отойду.

8 июня 2001 г.

Приложение 3. Воспоминания

Леонид Алавердов

СЫН

Наверное, это будет самое тяжёлое повествование, но пройти мимо своего взгляда и своей оценки его жизни я просто не могу.

1962 год знаменателен для нас тем, что родился Вадик, наш сын, а в роду моего отца он был единственным носителем фамилии. Своим появлением на свет он ввёл нас в какое-то эйфорическое состояние.

Он был необыкновенно красивым ребёнком, окружённым любовью и вниманием. Мы

были единственными среди наших друзей, у кого в то время было двое детей, и в компании моего друга Артура Каустова и его жены Жени Гинзбург нас обычно представляли: «Это те, у кого двое детей». Надя так следила и одевала наших детей, что выглядели они как два ангелочка, и были, в отличие от детей наших друзей, такими тихими и спокойными, воспитанными детьми, что нам же говорили: «Ну, таких можно и троих иметь!»

Конечно, то, что у Алавердовых появился продолжатель рода, очень возврадовало всю нашу родню. Страшно горд был мой отец, ну а его брат, мой дядя Кима, передал нам, вернее Вадику, в пользование единственное наследство от моего деда – серебряный подстаканник и двадцать томов энциклопедии. Когда-то давно, ещё до революции, мой дед купил эту энциклопедию своим сыновьям, моему отцу и дяде Киме.

Тихо и спокойно протекало детство нашего сына. Он рос довольно смышлённым мальцом. Уже в пятилетнем возрасте пошёл в школу, так как к этому времени он уже читал. Но это было, по всей вероятности, связано ещё и с тем, что он всегда тянулся за Лилей.

Как сейчас помню: когда ему было всего четыре с половиной годика, он вдруг в ответ на мой восторг по поводу того, что Лиля может довольно бегло читать, неожиданно заявил мне, что и он умеет читать. Мы как раз шли по проспекту Ленина в гости к моим родителям, и я сказал ему, что если он уверяет, что может читать, то пусть прочтёт какую-то вывеску. Он безошибочно стал читать, а я только рот разинул от удивления.

Да и позднее он неоднократно проявлял свои незаурядные умственные способности. Как-то, будучи в командировке, я купил в Ленинграде книгу, где объяснялась теория построения из бумаги сложнейших объёмных геометрических фигур (тетраидров, октаидров и т. п.). Вадик учился тогда в седьмом или восьмом классе. Он очень быстро разобрался во всех сложностях построения и через некоторое время буквально наводнил нашу квартиру этими сложными объектами. Исполнены они были из белого ватмана и совершенно безукоризненно. Позднее он сдал их в математический класс своей школы.

Когда он поступал в институт, к нему во время приёмных экзаменов по математике подошёл педагог и спросил, зачем он поступает в Институт народного хозяйства, ему надо было бы идти на математический факультет университета.

А когда Лиля училась на пятом курсе исторического факультета, ей предложили «халтуру» – выполнить на заказ курсовой проект по истории или философии. Свободного времени у Лили не было, и она отказалась от этого заработка. Тогда за дело взялся Вадик и, несмотря на своё «бухгалтерское» образование, через две недели выполнил работу. Правда, при расчёте «заказчик» всё же надул его и недоплатил ему всех денег.

Когда же он, уже гораздо позднее, по окончании института и службы в армии, работал в Баку, то я однажды на улице встретил его непосредственного начальника. Его шефом был некий Филя Атамали, которого я довольно хорошо знал. Не скрою, что я испытал огромное удовлетворение, когда он сообщил мне, что я могу гордиться своим сыном, что он необыкновенный умница и ему можно поручить любую работу.

Но наряду с тем хорошим и ценным, что было заложено в нём, вся его жизнь проходила в каком-то противостоянии нам, нашему дому. Это противостояние началось где-то в двенадцатилетнем возрасте, и как он сам позднее заявил: «В двенадцать лет я ушёл из дома». Физически он продолжал жить в нашей семье, но именно с этого возраста мы потеряли покой. Мы оказались плохими воспитателями и, видно, очень многое упустили. Несмотря на всю мою любовь к нему, мне не удалось добиться, чтобы сын стал человеком, преданным дому, чтобы он жил его интересами и интересами всех членов семьи. Возможно, я был излишне требователен к нему в стремлении воспитать в нём «мужские» качества.

Когда он учился в четвёртом классе, то попросил разрешения ходить в шахматный кружок

вместе со своим другом Сергеем Голынцом. Конечно, я и Надя очень обрадовались этому, а очень скоро я узнал, что в кружок они перестали ходить и просто шляются по улицам. Было очень обидно, что он обманывал нас.

Видно, то, что он пошёл очень рано учиться, способствовало тому, что ребята в классе считали его «малолеткой» и часто обзывали «дистрофиком». Он действительно был младше их на два года и, по всей вероятности, испытывал потребность доказывать своё равенство с ними. Группу ребят, которые окружали Вадика, его «сотоварищей», как он их называл, Надя окрестила проще – «волчья стая». По нашему мнению, с начала этой дружбы мы и потеряли сына.

Возможно, в нас говорит обычное стремление перевалить свою вину на кого-то постороннего, ведь очень трудно признавать собственные ошибки в воспитании. Я очень много и постоянно думаю о прошедших годах и всегда прихожу к выводу, что лично я не сумел создать доверительные отношения между нами. Ведь могли же быть до определённой степени подобные отношения между мной и дядей Шурой (дядя Шура – дядя моего папы с отцовской стороны. – *Прим. автора*). Всё дело в том, что я никогда не мог «лезть в кости», всегда считал, что любой парень, мужчина имеет право на свою тайну и нечего задавать вопросы, когда человек не испытывает потребности быть откровенным с тобой. Единственное, к чему я всегда был нетерпим, это к проявлению подлости, неуважительного отношения к старшим. Никогда не понимал людей ленивых, относящихся к работе как к какому-то злу, людей, не увлечённых своим делом и, самое главное, людей, безразличных к своему Дому, к своей семье.

Согласен с обвинением, что моя зацикленность на мною же выработанном кодексе так и не позволила мне рассмотреть и определить собственную норму поведения по отношению к моему же сыну. Но навсегда для меня останется загадкой, как Вадик не прочувствовал и не обратил внимание на ту необыкновенную и обволакивающую любовь к нему Нади и Генриэтты Абрамовны (Генриэтта Абрамовна – наша бабушка с материнской стороны, с которой мои родители и мы жили вместе. – *Прим. автора*).

Всю его жизнь они забегали вперёд, заглядывая ему в глаза, всячески старались создать для него нормальные жизненные условия, а проще говоря, беззаботно служили ему. Я никогда не пойму, как можно было не замечать всего этого. Можно было бы привести много примеров, когда его поступки больно ранили всех нас, но мы всё равно продолжали любить его и выискивать какие-то поступки, которые способны были радовать нас.

Я немного сумбурно описываю все события, связанные с Вадиком, но думаю, что моё состояние объяснимо.

Шли годы, и наш сын дошагал до десятого класса, последнего перед выпускными экзаменами. По рекомендации директора школы, где работала Надя, Вадика перевели в их школу. И десятый класс он уже заканчивал под материнским наблюдением и в отрыве от его «сотоварищей». Без этой меры он навряд ли бы окончил десятилетку, но отрыв от его товарищей носил чисто условный характер, зато сохранилась обида на родителей за наш поступок. Я же всегда сопоставлял его отношения с товарищами с собственной дружбой с моими друзьями. Несмотря на все усилия, я не мог найти в его дружбе что-либо похожее. Вероятно, мои высказывания на этот счёт ужасно раздражали Вадика. К тому же, как всегда подчёркивает Надя, я постоянно сопоставлял его с Лилей, слишком эмоционально восторгался её поведением, её учёбой, её увлечённостью литературой. Вадик никогда не высказывался по этому поводу потому, что всегда очень любил Лилю. Но зато он как-то высказал нам обиду, что мы не принимаем дома его друзей. Но в этом вопросе он не мог быть объективен, так как в тех редких случаях, когда мы и шли на уступки, все эти «встречи» заканчивались довольно некрасивой пьянкой, а в промежутках между этими пьянками совместные с «сотоварищами»

выходки повергали лично меня в ужас.

Когда Вадик закончил школу, то он заявил нам, что собирается поступать в Институт народного хозяйства на факультет «Бухгалтерский учёт». Из беседы с ним было совершенно ясно, что Вадика абсолютно не волнует выбор его будущей профессии, а единственным аргументом в пользу выбранного института и факультета было то, что он будет учиться всего четыре года, а не пять, как обычно и «догонит» Лилю. Все мои убеждения и доводы, что если он решил выбрать специальность, связанную с экономикой или бухгалтерией, то нужно идти в Институт нефти и химии на экономический факультет, и что, несмотря на пятилетний срок обучения, этот вуз готовит серьёзных специалистов, не возымели никакого действия. В какой-то момент я понял, что просто сотрясаю воздух. Но всё равно я и Надя вместе с родными и близкими радовались, что он вышел на тропу, которая обеспечит ему высшее образование.

Как поступил он в институт, так и учился все четыре года очень легко и ровно. Закончил свой институт и стал работать в Астрахани. Его приезды в Баку всегда были радостью для нас. В эти дни проявлялась его любовь и внимание к нам. Он старался всегда что-то привезти в дом, ну а мы всегда радовались его вниманию к нам.

Помню, как я и Саша (дядя нашей мамы. – *Прим. автора*) расхваливали привезённый Вадиком напиток с ремарковским названием «Кальвадос», а по-существу обычный яблочный самогон. Помню его довольное выражение лица от произведённого эффекта.

А затем наступило время его призыва на службу в армию. Рассказы о дедовщине в армии ужасно встревожили Надю и меня, и мы начали лихорадочно искать пути, которые могли бы хоть несколько облегчить предстоящую службу Вадика в армии. Единственное, чего нам удалось добиться, – это «выйти» на военкома Баку, и он обещал хотя бы зачислить его в, так сказать, «приличную» часть в Подмосковье.

Наступил последний день пребывания Вадика в Баку, и мы все отправились на станцию Баладжары, где должна была произойти погрузка в вагоны. Чувствовалось, что присутствие нас, родителей, как-то раздражает его, что ему больше хотелось остаться наедине со своим другом Сергеем. Он, собственно говоря, так и поступил, исчез куда-то, и только перед самой отправкой нам удалось разыскать его и наспех попрощаться.

Служба у Вадика проходила очень тяжело. Даже несмотря на его немногословность, чувствовалось, что ему пришлось сполна хлебнуть прелести армейской службы. В его время это была совсем не та армия, в которой пришлось служить мне.

Как-то в ближайшую командировку я, Лёня Жаров и Милочка, моя двоюродная сестра, поехали в г. Электросталь, где Вадик проходил так называемый курс молодого бойца. Тяжело и больно было видеть его и слушать его рассказы о тяготах армейской службы. А очень скоро его отчислили из этой части и отправили дослуживать в Архангельский край, в г. Котлас. Тяжёлый северный край, место концлагерей и ссылок, плюс бытующая дедовщина были не лучшим периодом в жизни нашего сына. Но всему приходит конец, и в один прекрасный день Вадик вернулся домой.

После армии он как-то довольно быстро устроился на работу в организацию при Министерстве лёгкой промышленности республики, и нам показалось, что наступили спокойные времена. Работа у него проходила довольно легко, и именно в это время, как я уже писал, мой знакомый, который руководил отделом нормирования, где трудился Вадик, очень расхвалил мне его.

Всё было бы ничего, если бы не одна черта Вадика: он всё время «догонял» Лилю. Ускоренно научился читать и писать, в пятилетнем возрасте пошёл в школу, выбрал себе институт, где обучение было всего четыре года, а не пять, как обычно. Так вот, когда Лиля вышла замуж, то её новое положение, видно, не давало ему покоя, и в один прекрасный день он

спросил у Нади: «А не жениться ли мне, мама?» Ну а так как и Надя, и я всегда считали, что в этом вопросе решение должны принимать повзрослевшие дети, то не особенно и сопротивлялись. Возможно, это было нашей ошибкой. С Инной, своей женой, он познакомился на работе, и она ко времени его бракосочетания была уже довольно опытной женщиной. Дважды до Вадика она уже была замужем, и перспектива, что наш сын будет её третьим мужем, не очень нравилась нам. Мне достаточно было один раз попасть к ней домой, увидеть её квартиру, до отказа забитую бессмысленными и, как у нас говорят, «чушкарскими» вещами, чтобы понять, что эта семья совершенно далека от нас, а продемонстрированное накопительство наглядно показало нам, что вряд ли Вадик сможет построить на этой базе свою семью.

Но он был настроен очень решительно, и мы с Надей пришли к заключению, что, по всей вероятности, Инна стала его первой женщиной и довольно умелой, ну а нам осталось только выдавить из себя согласие.

От свадьбы молодые отказались, и регистрация их брака была отмечена обедом в нашем доме. Пришли Иннины родители, где мы с ними впервые познакомились, а с нашей стороны были Надя, я, Генриэтта Абрамовна, мои родители, Рафик и Лиля. Родителей Инны мы так никогда больше и не видели.

Очень скоро Инна, а до неё её родители, перебрались в Харьков. Там 12 октября 1987 года она родила сына, нашего внука Юлиана. Вадик же продолжал жить в Баку и в своей семье появлялся наездами.

Нормальной семьи у него не получилось.

Пройдёт много лет, и как-то Вадик спросит у нас:

– А впервые, когда вы познакомились с Инной, вы могли догадаться, что у нас не получится семья?

– Конечно, сынок, очень скоро мы в этом, к сожалению, убедились.

Восьмидесятые годы – это годы перестройки, когда бурно развернулась кооперативная деятельность. Появилась колossalная потребность в людях, способных вести финансовую деятельность растущих всевозможных кооперативов, малых и больших предприятий. Наша надежда на то, что Вадик профессионально займётся этой деятельностью, которая могла принести неплохие дивиденды, не оправдалась. Он совершил совершенно противоположный поступок: бросил работу и с головой окунулся в малый бизнес. Он стал кустарно выпускать сомнительные по качеству сувениры, значки, брелки и т. п. Несколько позднее он сколотил бригаду из художников, своих друзей, и перебрался в Москву. Здесь в ход пошла роспись матрёшек, пасхальных яиц и ещё какой-то чушки. Всё это реализовывалось на Арбате, где он пропадал и днём и ночью. В ход пошли какие-то тёмные делишки, беготня от милиции, крутились какие-то большие по тем временам деньги. Но Надю и меня всё это повергло буквально в шок. Мы привыкли жить и работать совсем по другим меркам, придерживались совершенно иных жизненных ценностей. И когда он, однажды приехав в Баку, сообщил нам, что собирается уехать на постоянное жительство в Израиль, мы даже обрадовались. Наконец-то закончится его сомнительная финансовая деятельность в Москве, он оторвётся от всесоюзной толкучки на Арбате и сможет применить свои способности в стране, к которой мы всегда испытывали благостные чувства.

Осенью 1991 года Надя и я прилетели в Москву, чтобы проводить Вадика в Израиль. Ида (тётя нашей мамы. – Прим. автора) приготовила прощальный обед, но Вадик так был занят со своими друзьями, что прибежал к Иде, когда времени было уже в обрез, схватил свой чемодан, и мы с ним, Лёней Жаровым и Мариной (двоюродные брат и сестра нашей мамы. – Прим. автора) помчались на вокзал. Туда же подъехали мой брат Володя с Аллой, Милочки и Таня

(брать с женой и двоюродные сёстры нашего отца. – *Прим. автора*). На вокзале всё было как-то скомкано, мы с Надей чувствовали себя скованно и наглядно убедились, что Вадика больше интересовало присутствие на вокзале его друзей, чем родителей и родственников. Во всяком случае, с вокзала мы шли в совершенно подавленном состоянии.

А в 1993 году Лиля со своей семьёй и я с Надей, прихватив двух наших стареньких матерей, очутились в Америке, в Нью-Йорке.

Вадик же продолжал жить в Израиле, в одиночестве, без своей семьи и без нас. Эмиграция – тяжёлый период в жизни каждого человека, а эмиграция в одиночку – тяжела десятикратно. К тому же Вадик всё предпринял как-то не так. Вместо того чтобы окунуться в учёбу, которая могла бы гарантировать ему будущее, он стал перебиваться случайными заработками, бесконечно менял места работы, попробовал заниматься какой-то торговлей с Москвой и в итоге оказался без товара и денег в больнице. По ходу своей «купеческой» деятельности он ввязался в Москве в какую-то любовную историю, был жестоко избит, будучи пьяным упал с пятого или третьего этажа, с переломанными костями был доставлен в больницу. Мы находились в Америке, ещё не имели гражданства и вся тяжесть по уходу за ним легла на плечи семьи Жаровых (семья тёти моей мамы. – *Прим. автора*) и моего брата. Вадик же больше всего с особой теплотой вспоминал, как за ним в больнице ухаживала Инна, которая специально для этого приехала из Харькова.

Находясь здесь, в Америке, мы, а особенно Лиля, предприняли невероятные усилия для воссоединения с Вадиком, чтобы у него была возможность перебраться к нам в Америку. Но для этого нам необходимо было получить американское гражданство, а ему оставаться в разводе со своей женой. Соблюдая последнее условие, он мог претендовать на первоочередное рассмотрение его вопроса по воссоединению с семьёй.

Зная все доводы и условия, Вадик тем не менее поступил совершенно диаметрально противоположно. Он срывается с места, приезжает в Харьков, вновь регистрирует свой брак с Инной, а она вместе с сыном через какое-то время переезжает в Израиль. Таким образом были ухудшены условия для его переезда в Америку. Но Лиля продолжала борьбу за него, а нам оставалось только, как и прежде, материально помогать ему.

Наконец наступило то время, когда Вадик изъявил желание встретиться с нами. Весной 2000 года после десятилетнего перерыва и произошла эта встреча. Мы стояли втроём, обнявшись, в иерусалимском аэропорту и плакали. Это очень тяжело не видеть своего сына целых десять лет и всё время мучиться и переживать за него.

Затем у него дома мы встретились с Инной и нашим внуком Юлианом. Мы провели чудесные дни в Израиле. Вадик был счастлив, окружил нас необыкновенной и непривычной для нас заботой. Было очень трогательно наблюдать, как он переживал, что мы уезжаем в какую-то однодневную экскурсию, как встречал нас по приезде из неё, как он приволок на велосипеде огромный поролоновый матрац, чтобы мне было удобно спать. Вадик всячески старался улучшить наш быт, и для нас эти проявления заботы были необыкновенно ценные. Конечно, мы старались максимальное внимание уделять нашему внуку – Юлиану. Юлик оказался славным мальчиком. Мы с умилением наблюдали за тем, как он трудолюбив и ловок. Меня просто привело в восторг, как он умело помогал мне собирать купленную мебель. Но особой близости между нами так и не произошло. Держался он как-то отчуждённо, не проявлял особой близости, которая часто возникает между внуком и бабушкой с дедом. Мы это замечали и, как говорится, не лезли ему в кости. А собственно говоря, нечего было и удивляться. Ведь Юлик нас совершенно не знал, мы для него были новыми незнакомыми людьми (Юлику было тогда тринадцать лет. – *Прим. автора*).

Быстро пролетели наши дни пребывания в Израиле. Общение с Вадиком и внуком,

встречи с друзьями, знакомство со страной – всё это произвело просто ошеломляющее впечатление. И, конечно, нельзя не отметить, что нас очень порадовало то, что Вадик стал учиться на курсах по подготовке программистов и даже устроился работать в какую-то фирму. Это были первые успешные шаги в Израиле за десять лет его пребывания в стране.

Позднее у Вадика произошёл крупный конфликт с Инной и сыном. Он вынужден был уйти из дома. Очень скоро Инна отправила Юлика в Харьков к своим родителям. Тяжёлая работа по программированию (а работал он действительно очень много), разрыв с семьёй, как видно, крайне депрессивно действовали на Вадика. Во всяком случае, всё это привело к тому, что в начале января 2001 года у нас раздался звонок по телефону от друга Вадика – Яника, и он сообщил нам, что Вадик предпринял попытку самоубийства, перерезал себе вены. Яник оперативно примчался к нему, доставил его в госпиталь и фактически спас его.

Надя мгновенно вылетела в Израиль. Я же был совершенно нетранспортабелен, так как сравнительно недавно перенёс операцию после того, как был сбит на улице автомашиной (21 ноября 2000 года. – *Прим. автора*).

Там, в Израиле, Надя предприняла невероятные усилия, чтобы успокоить Вадика, привести его в нормальное состояние, а убедившись в том, что Вадик не сможет продолжать свою семейную жизнь, сделала всё возможное для облегчения бракоразводного процесса. Она провела переговоры с адвокатом, которая в дальнейшем максимально ускорила и облегчила эту непростую процедуру.

В сентябре 2001 года Вадику наконец удалось получить разрешение на гостевую поездку в Нью-Йорк. Наша встреча состоялась в аэропорту Кеннеди сразу после трагических событий, которые потрясли весь мир.

Лиля и наши внучки были счастливы, что встретились с Вадиком. Мы все старались окружить его вниманием и любовью. Я, как всегда, выворачивался наизнанку, стараясь показать ему всю красоту Нью-Йорка, а Надя не отходила от плиты, приготавливая ему какие-то вкусные наши традиционные блюда.

Лиля со своей стороны звонила во все иммиграционные службы и очень скоро Вадик получил официальное разрешение на выезд в Америку на постоянное жительство.

6 июня 2002 года мы встретили Вадика. Поселился он, конечно, у нас. Начались его шаги по иммигрантской дорожке: изучение языка, поиски работы. Как мы ни старались направить его усилия на учёбу, он был непреклонен. Очень скоро он устроился работать программистом, но так же вскоре и бросил эту работу. Началась череда всяческих перемен мест работы. По существу, он стал вести ту жизнь, к которой привык в Израиле. Скачки с одной работы на другую до того момента, пока не наступает время, когда можно перейти на пособие по безработице. Затем несколько месяцев отдыха. Нас этот образ жизни просто убивал. Единственное, что мы не учли и ничего в этом не понимали, это то, что он, по всей вероятности, всё время находился в глубочайшей депрессии. Наша безграмотность в этом вопросе и не позволила нам быть объективными по отношению к его поведению.

Будучи людьми жизнерадостными, оптимистами, привыкшими к постоянному труду, и находя в труде колossalное жизненное удовлетворение, мы оказались слепыми к его протекающей на наших глазах, по всей вероятности, болезни. Первая обратила на это внимание Лиля, но наши уговоры, чтобы Вадик обратился к врачу, не носили настойчивый характер.

Даже то обстоятельство, что у него уже была попытка ухода из жизни, ничему нас не научила. Вадик никогда не говорил на эту тему, ну а я никогда его ни о чём не расспрашивал, не хотел бередить «старые раны». Я привык примерять себя ко всем ситуациям и всегда считал, что при всей моей любви к жизни никогда не смог бы совершить поступок бессмысленного ухода из неё.

Вадик был довольно скрытным человеком, не особенно раскрывался и откровенничал по поводу своих поступков. А в последнее время у него появилась и какая-то подозрительность в отношении людей. Так, например, его очень взволновало то, что очередной наниматель на работу снял копии с его документов (гринкарта, водительские права). Мне очень долго пришлось объяснять и успокаивать, что это совершенно естественные действия хозяина фирмы. Но Вадик всё равно отказался работать у него.

Вадик мог вступить в драку на работе, защищая какого-то приятеля по цеху, над которым кто-то насмехался.

Его устройству на работу часто основательно мешало то, что он отказывался трудиться по субботам, так как в этот день, как правоверный еврей, читал Тору. В Израиле он проникся идеями иудаизма и старался соблюдать, хотя и не самозабвенно и скрупулёзно, предписания Торы. Мы всегда с пониманием относились к этим его новым проявлениям. Вадик часто с укоризной спрашивал меня, почему я работаю в субботу, сижу за своими gobelenами или занимаюсь с ученицей. Несколько раз он предпринимал усилия к тому, чтобы мы начали читать Тору или посещали синагогу. Хотя сам в синагогу, как мне кажется, не ходил.

По дому он вышагивал в мрачном и подавленном состоянии и оживлялся, только когда общался с дочерьми Лили. Иногда мне казалось, что весь смысл его работы сводился к тому, чтобы только регулярно посыпать алименты Юлику.

Возможно, я ошибаюсь, но у меня создалось впечатление, что после поездки в Канаду и встречи со своими друзьями детства, Тимой и Яником, прилетевшим из Израиля, Вадик вернулся в каком-то особенно подавленном состоянии. Дело в том, что все они, пройдя эмиграцию, оказались хорошо устроенными людьми, а Вадик, которого они когда-то называли «мозговым центром», перешагнув уже сорокалетний рубеж, так ничего и не сумел достичь.

Иногда его подавленное настроение вызывало у меня и Нади чувство тревоги. Однажды он ушёл на бульвар и долго не возвращался. Уже стемнело, когда он появился дома. Так вот, у меня и Нади, хотя мы совершенно не сговаривались, мелькнула страшная мысль, что сейчас принесут найденные на пляже его вещи, а он исчезнет. Возможно, этому состоянию способствовало и событие, связанное с кончиной Алика.

Так, шаг за шагом мы приближались к самому страшному дню в нашей жизни.

В ночь со второго на третье декабря 2004 года я поздно сидел за работой над своим очередным gobelenом и не уходил я спать, собственно говоря, оттого, что Вадик молча вышагивал по квартире, от кухни до ванной. Надя давно уже ушла спать, я работал, и в квартире была какая-то гнетущая тишина. Накануне Надя уговорила Вадика пойти на приём к психиатру. Где-то после часа ночи Вадик ушёл в свою комнату, ну и я пошёл спать.

Часов в семь утра я внезапно проснулся, рядом со мной стоял Вадик, и он произнёс:

– Папа, спасибо тебе за всё.

Затем взял мою руку и поцеловал её.

– Ну что ты, сынок. Иди спать. Ведь так рано.

У меня возникло чувство, что ему было неловко оттого, что своим настроением, молчаливым вышагиванием по квартире он помешал мне вовремя лечь спать и сейчас испытывал какие-то угрызения совести.

А утром он сказал Наде, что у него всё в порядке, ему незачем идти к врачу, и почему-то добавил, что он получил хорошее воспитание.

Если бы мы могли догадаться, что он прощался с нами!

Ночью 3 декабря в нашу дверь резко постучали. На пороге стояли двое полицейских. На вопрос, все ли дома, мы утвердительно ответили, а на дополнительный вопрос, кто ещё, помимо нас, проживает в квартире, Надя сказала, что наш сын, но он сейчас спит. В

подтверждение своих слов она распахнула дверь в его спальню, но кровать оказалась пуста. Первая мысль, которая промелькнула у меня, – это то, что Вадик, по своему обыкновению, ушёл ночью на улицу и его задержала полиция.

Как только полицейские увидели, что кровать пуста, они тут же ринулись в квартиру, а один из них загородил собой балконную дверь. Я оттолкнул его и выскошил на балкон (не думаю, что папа оттолкнул полицейского). Американский полицейский не позволит себя отталкивать, если ему предписано не пускать никого. Скорее, папа просто успел выбежать на балкон. – *Прим. автора*). У ограждения аккуратно стояли домашние туфли Вадика. Страшная мысль пронзила меня и я крикнул:

– Надя, он выбросился!

Секундой позже я увидел под балконом его лежащее тело.

Нас долго не пускали к нему. Мы вызвали Лилю. Они примчались с Рафиком через какое-то время. Я не могу изложить на бумаге, что мы пережили, да и продолжаем переживать. Он не только покончил со своей жизнью, но и искромсал нашу.

На кладбище мы увидели его в последний раз. Я никогда не забуду его лица. Он лежал такой красивый и такой спокойный. Ну, а наш дом, который всегда был необыкновенно весёлым, жизнерадостным, просто перестал существовать.

Очень тяжело пережили это событие Лия и наши внучки. Ведь они считали его «самым весёлым дядей в мире».

Через несколько дней после ухода Вадика раздался телефонный звонок из Израиля, и состоялся короткий разговор между Инной и Надей. Инна выразила своё соболезнование и предприняла попытку как-то проанализировать происшествие. Надя совершенно не имела сил продолжать беседу в этом направлении и смогла только пожелать Инне и Юлику счастливой жизни, отметив при этом, что Инна всегда была хорошей матерью.

А потом у нас возникло желание послать Юлику некоторые любимые вещи Вадика: его книги, музыкальные записи, подстаканник (ещё его прадеда), фотографии. В общем, то, что составляло его духовный мир. Но Инна через друга Вадика, Яника, уведомила нас, что ничего не желает получать и не будет травмировать Юлика вещами его отца.

К моменту трагедии Юлику было уже семнадцать лет, то есть это был уже, во всяком случае по моим меркам, достаточно взрослый парень. Но от него не последовало ни одного телефонного звонка, ни какой-либо открытки. Так мы потеряли навсегда не только сына, но и孙.

Возможно, Юлик и Инна считают нас виновными в том, что Вадик в своё время принял решение о разводе. У меня же сохранилось только письмо к Юлику, которое так и не было отправлено.

Здравствуй, дорогой Юлик!

К сожалению и к большому нашему горю, нам предстоит задача передать некоторые оставшиеся вещи после ухода из жизни твоего отца. Очень тяжело и больно перебирать его вещи, многие из которых составляли его духовный мир. Но, как нам кажется, тебе будет полезно и приятно соприкоснуться со многими из них. Если буквально спрессовать его жизнь, то можно с твёрдой уверенностью сказать, что ты всегда был для него самым дорогим человеком в этом мире. Все его мысли были связаны с тобой, и он очень болезненно переживал вашу вынужденную разлуку...

Богатства ему нажить не удалось, но вещи, которые мы посылаем, непосредственно его, и ты вправе распоряжаться ими по своему усмотрению. Если они окажутся для тебя лишними, то раздай их бедным людям. В конечном итоге всё

зависит от нашей памяти сердца и степени чувствительности.

Пластинки и книги – это то, что он любил слушать и читать, в фотоаппарате он даже отснял три кадра (проявившь, когда закончиши плёнку), подстаканник – это единственная семейная память о его прадеде, а значит, твоём пропрадеде. Вадик всегда пил чай из этого подстаканника. Посылаем тебе также извещение о его смерти и ряд аттестатов, которые он получил здесь. Нательные вещи – это из тех, которые он любил и носил.

На расстоянии трудно судить о степени твоей привязанности к отцу, но постарайся в своей жизни быть достойным человеком, честным и мужественным и помни всегда, что он тебя очень любил и мечтал о твоём достойном будущем.

Обнимаем тебя, твои бабушка и дедушка.

6 января 2005 года.

P. Муслумов

О ШУРИНЕ

С нелёгким сердцем принимаюсь я за эти записки. Оправдывает меня, пусть только отчасти, то обстоятельство, что я, видимо, смогу высветить некоторые моменты из короткой жизни Вадима, известные мне, и предложить им своё объяснение. Отсюда – субъективизм, ведь пишу я не просто о нём, но – о нём в связи с собою и своим пониманием случившегося. Зато я имею неосторожность вести дневники и роман-хронику (по ряду причин материалов последнего почти не буду использовать, компенсируя возможный художественный ущерб, если он есть, точностью изложения. Если она есть).

О Вадиме я был немного наслышан ещё до физического его появления в моей жизни. Я тогда работал в одной организации с его сестрой, мы подолгу беседовали обо всём (напомню: 1983 год, «андроповский», вопросы трудовой дисциплины и посещений дирекция принимала близко к карману, в иное время нас бы тяготила необходимость позвоночно отсиживать положенные часы после застойной брежневской разболтанности), в том числе и о её родне, в частности о брате, о котором она неизменно отзывалась очень тепло и в то же время с затаённой тревогой. Он в то время служил в армии, и у Лианы были известные основания (пусть она не знала армейских порядков, но знала своего брата) для беспокойства. Я с неизбыtnым вниманием её выслушивал, мне были интересны её рассказы; полагаю, она переносила часть симпатий к брату и на меня, возможно, по инерции, не успевая притормаживать на крутых поворотах общения. Не скрою, у меня уже тогда в голове роились разные идеи. Мне даже приходило в голову познакомиться с Вадимом по его демобилизации инкогнито (NB!) – каково?! и войти в их дом в качестве... **STOP all way!** так далеко мои мысли не простирались. И – к лучшему. Конечно, Вадим о моём существовании и не подозревал, что называется, «невелика птица!» – я о себе. Что ж?... пару раз мне удавалось проводить Лиану до дома. Что до третьего раза, то его не было: домашние ей «поставили на вид», а она – мне. Я оказался крайним (по горизонтали) и нижним (по вертикали). Оставалось писать на себя жалобу – всё в те же дневники.

Тем временем год изжил себя со всеми своими событиями.

Наступил следующий, 1984-й, насыпавший на меня столько всего, что и посейчас не вполне прихожу в себя, пережёвывая и дохлёбывая его остатки. Весь год меня бросало ups and downs. Не могу сказать, что тот год был самым тяжёлым в моей жизни; сейчас, когда мне

пришлось столкнуться с ударами много сильнее, есть с чем его сравнивать, но в то время я абсолютно не был к ним готов; счастье? его тоже хватило через край! Гремучая смесь этих составляющих не могла не оказать сокрушающего действия на меня и не отразиться в этих записках.

Таков контекст заочного нашего знакомства с Вадимом.

Личное знакомство произошло апрелем следующего года. Обстоятельства его врезались в мою память настолько, что почти нет необходимости прибегать к помощи дневников. Я был вызван для некоторых объяснений, в суть которых не буду сейчас вдаваться. Важно отметить, что ни Вадима, ни сестры его Лианы при этом не было, их поспешно выставили за дверь! После не очень приятного разговора, что называется:

День был резкий, и тон был резкий,
Резки были и день и тон...

Итак, остался с Лианой и Вадимом наедине. Вначале мы с ним чинились, присматриваясь друг к другу, а Лиана выглядела очень оживлённой тем, что можно назвать легальной встречей в неформальной обстановке. На столе появился чай, следом – коньяк, языки наши развязались, и мы пустились интенсивно общаться, сыпать остротами и цитатами. Вадим произвёл на меня впечатление необычной смесью сдержанности и разговорчивости: он то молча уходил в себя и делал преогромные паузы, то брал разговор на себя, не оставляя нам никакого пространства даже для междометий. Подобная амбивалентность, возможно, не была для него случайной, а выражала некоторую сущностную черту; тогда я, разумеется, не мог судить об этом категорично, всего лишь отметив на полях: слишком много впечатлений вынес я в тот день! Мы не касались цели моего визита, разговоры были на темы нейтральные, что называется, «ни слова, ни вздоха!», и мысли мои летали в стороне от... и налетели на... Словом, я решился позвать его к себе на следующий день. С этой целью я и передал ему записку-приглашение; он ответил согласием. А потом – мне уж это «потом»... всего-то полпервого ночи, и впрямь «счастливые часы не наблюдают!» – вошли их родители и церемонно поинтересовались, что, собственно говоря, мы празднуем?! Тогда я осознал, что наше празднество было «передышкой после боя», а возможно, и между боями, и на состоявшееся объяснение мы смотрим с противоположных берегов. Словом, каждый вёл свою партию и по-разному оценивал её результаты. Лиана была довольна, как я уже отметил, а мнение Вадима мне оставалось выяснить. Так, безответным вопросом закончился первый раунд нашей встречи. Её плюсом оказалось то обстоятельство, что, говоря новоязом, я стал почти выездным, вернее, въездным, хотя и не вполне легализированным. Вроде землемера К., что отирался в деревне, но в замок до поры путь ему был заказан!

Назавтра в шесть пополудни, как было условлено, я встретил Вадима и предупредил его, как Н. Н. Князев, шукшинский правдоискатель и сочинитель трактата о государстве: «Там – женщина (я находился в процессе развода), она как бы не очень любезна, так что не обращай внимания, проходи, не реагируй!»... Пронесло, они даже поздоровались, что было сверх программы, и он бочком-бочком прошёл в комнату. Разговора как такового не получилось. Мы, конечно, общались, но как-то невесело, он ничего не выяснял, я – тоже... Кофе, бутерброды, коньяк. Я показывал ему слайды, он смотрел... молча. Примите в рассмотрение и то, что оба мы были интровертами, тогда как Лиана со всем оставшимся семейством – экстравертами. Да и разница наших темпераментов сказывалась, вернее, недостаточность их разницы: он – флегматик, я – меланхолик, и нам столь явно недоставало его сангвинической сестрицы для веселия (не говорю уже о том, что и другая женщина за стену не прибавляла нам радости).

Конечно, темперамент изрядно характеризует нас всех и не всегда комплиментарно: холерик предстаёт обладателем вполне предсказуемых реакций, сангвиник облачён в позолоченный сусальный блеск, меланхолик оказывается бездонным занудой, да ещё этот пуленепробиваемый флегматик, что сидит напротив меня. Тем не менее поговорить нам было о чём, а ещё более – о ком. Оказывается, он и раньше искал (громко сказано!) встречи со мною – нет, собирался встретиться, вот! – да вот, прособирался. Это и к вопросу о скорости его реакций. О его намерениях я узнал позже, причём настолько, что необходимость этого разговора отпала. А когда я спросил, о чём он собирался говорить со мною, Вадим в ответ досадливо отмахнулся... Словом, в тот вечер встреча оказалась вполне безрезультатной, только примерились друг к другу и через час с небольшим, выдержав приличия, разошлись.

После этого неизвестно, на каких правах «с ограниченной ответственностью» мы несколько раз втроём (я, он и она) ходили в кино. Он больше молчал по своему обыкновению, вид, впрочем, имел несколько таинственный, будто выполнял неведомое нам поручение; мы были разговорчивее, пытались и его втянуть в беседу, она настойчивее, я... да не обо мне речь! Без него мы не встречались, как бы сохраняя верность его линии, пусть это от нас, как я понимаю, и не требовалось... Так продолжалось несколько месяцев (Лиана с Вадимом приходили к моим родителям, помнится материнский наказ ему: «Вадик, садись, быстренько поешь, сейчас с Лилей в одно место пойдёшь!») И – высказывание моего отца, к Вадиму обращённое: «Вы знаете, сейчас на человеческий фактор надо особое внимание обращать!» Вадим и глазом не повёл, будто ежедневно выслушивал подобные сентенции)... а по мне, хоть и несколько лет, я вообще не люблю форсировать события, коль скоро каждому из них неминуемо придёт свой срок. А нет – так нет!

Судьба распорядилась иначе, как пишут в романах. Вдруг (у нас всё вдруг было!)... не поверите! – вновь назрела необходимость объяснения, но уже – как бы взаимная, хотя лично я предпочёл бы... да кто с меня спрашивает предпочтений?!.. Впрямь судьба тащит на привязи тех, кто не удосужился в своё время хотя бы удлинить повод. Или – причину! Не буду подробно (да и вообще никак!) останавливаться на знаменательном дне, коль скоро Вадим отсутствовал, посему событие коснулось его только леденящим крылом последствий. А именно: я стал чаще бывать там, сменив прежнюю «невъездность» на теперешнюю безвылазность; соответственно, чаще, хотя и не всякий раз, встречался с ним. Держались мы ровно, как и всегда. Однажды нас пытались даже едва ли не стравить, усадив за шахматную доску с фигурами. Партия в памяти не сохранилась, только как результат, в котором умер процесс. И – к лучшему! Помню, впрочем, мать его усиленно болела за своего сына, причём, по обыкновению своему, вслух. Меня это немного удивило, я полагал, законы гостеприимства более универсальны... Позже оказалось, что они вообще были склонны поощрять любые позитивные его начинания, а для симметрии – резко реагировали на все остальные. Иногда, впрочем, страсти накалялись и по пустякам. К примеру, ему однозначно было указано, что он стоит на телефонном шнуре. У меня взмокли лопатки и горели ступни! А он продолжал стоять, хоть бы хны! Было ли дело в замедленности его реакций, упрямстве или в его нереактивности на замечания, а то и погружённости в свои мысли? А может, всё сразу, хоть и в разных пропорциях? Но мог и крупно обидеться, как это произошло в первое новогоднее утро 1986 года, когда он ввалился в нашу спальню, и – это, впрочем, с какого берега выглядывать наше семейное суденышко – с позитивисткой ли непотопляемости, со спекулятивной ли утлости. Иными словами, если исходить из парадигмы мотивов, то все сто баллов ему по соответствующей шкале, что же до конвенциональных установлений, то, как говорится, – Борис, получи и распишись!!

И Лиана, а вслед и её мать, сделали ему внушение... на него жалко было смотреть.

Тогда же я начал понимать, а позже – укрепился в мысли, что он относился к той особой

категории людей, которые способны у многих вызывать неосознанную симпатию к себе, в том числе у женщин, а возможно, и прежде всего у них. Отсюда и его популярность у друзей и подруг его, которых я почти не знал... Конечно, были и исключения, и весьма большие числом. Я слышал, как тяжело ему приходилось в армии, – участь, увы, многих правдоискателей и примкнувших к ним людей. К слову говоря, мой годичный срок службы пролетел на автопилоте, но это – особый случай, который годится только для людей моего склада, и не буду рекомендовать его никому иному... Каждому лучше найти собственную нишу в этом мире, а не пытаться играть чужую, а тем паче чуждую роль – себе дороже!

Характер его в значительной степени отличался от того, что **доминировало** у остальных членов семейства. Он был, как я уже заметил, интровертом и флегматиком, другие – гораздо более шумны, нетерпеливы и заметны. Центробежные силы в нём преобладали над центростремительными, его постоянно увлекало куда-то вовне, как мне объяснили, – к друзьям и рискованным предприятиям. Этим и объяснялось, что его я встречал у них дома реже остальных. Много позже он обмолвился, что только друзья его совершенно понимают, а больше – никто! Я поёжился, представив себя на его месте, что где-то меня видят насквозь! Да я бежал бы от такого места, что называется, через три границы! Но речь не обо мне...

В такой суматохе дней пролетел конец июля, начало августа, в которые, кстати, Лиана со своими родителями приходили к моим познакомиться, и до другой знаменательной сентябрьской даты оставалось всего ничего. Как выяснилось, Лиане просто необходимо в Москву на ярмарку невест! Пришлось с 7-го до 27-го августа одному куковать. Интроверта ведь особенно одиночеством не запугать. Я и залёг на дно, как подводная лодка. И предчувствия тогда меня не трогали, просто надо было в мыслях относительный порядок навести. Но с Вадимом связь наладить не пытался. Да и отношения перешли на другой уровень. Но прежние виды мои на него вовсе не сняты были с повестки, а всего лишь видо-(прощенья просим за нечаянную тавтологию) – изменились. Не собираясь вызанивать насчёт перемен в своём в семейном статусе, я минимизировал круг извещённых об этом лиц. Посему и решил предложить Вадиму роль свидетеля со стороны. А чтобы никак не напрягать его прежде времени – не налаживал связи. Он согласился, а я через два десятка месяцев и дней симметрично (even-steven) отплатил ему свидетельством уже на его регистрации.

Вадим обладал особым чувством юмора и рекомендовал письмо в газету обязательно начинать словами: «Я знаю, что вы меня ни за что не напечатаете!» Тогда вопрос о публикации можно считать решённым! Он способен был подхватить на лету любое неосторожное высказывание. Мы как-то злословили на тему подруг его сестры, одной из них доставалось особенно крепко. Тут Лиана попробовала заступиться: «Неужели у (она назвала достославное имя) нет ни одного достоинства?!» «Два! – выкрикнули мы хором. – Большая белая грудь и служба!» Каково?! А когда я и Лиана ломали голову над тем, как назвать первую из наших новорождённых дочерей, он, ничтоже сумняшеся, предложил: «РЖП – 86»! Для тех, кто не способен самостоятельно декодировать аббревиатуру, поясню: «Ребёнок женского пола, год рождения 1986». Ничего, а? Вот и говорю – «а»!

Встречи становились, **впрочем**, не то чтобы реже, но как бы по-броуновски нерегулярнее. Всё же отдельная семья со своей территорией, веденизиятвом, финансами – одним словом, всеми признаками, отмеченными в социологии. Возможно, наша эта отдельность и / или отделённость привели к ответному ходу с его стороны, хотя это, во-первых, лишь моё необязывающее предположение и относиться к нему предлагаю исключительно как к таковому, а во-вторых, я это акцентирую, не сводился он однозначно к этому ходу, а деталей – не знаю, не буду гадать...

Был я у него на регистрации свидетелем, симметрично расплатившись тем самым за его

услугу некоторой давности (а на «сдачу» я положил его называть шурином, чего мне хотелось даже ещё безотносительно к нему со времён десятилетней давности после спектакля «Царь Фёдор Иоаннович» в Малом театре, когда незабвенный голос Смоктуновского, обращённый с исполнителю роли Бориса, засел в памяти и мечтах; Вадим, казалось, был этим даже польщён; во всяком случае, в продолжение полутора десятков лет не выказывал никаких претензий по этому поводу), другим свидетелем выступил брат невесты, и здесь можно провести поверхностную аналогию с моим брачным сочетанием. О невесте его... *aut bene aut nihil*, посему – продолжаю. Нас там четверо всего, небось не запутаетесь! Шурин нисколько не волновался, был, по своему обыкновению, задумчив, неразговорчив, медлителен. На общей фотографии он так и выглядел, изогнувшись, впрочем, всем тулowiщем и согнув руку калачиком, типа «чего изволите?...» Отмечали событие опять же в доме его родителей, где собирались только ближайшие родственники, и то, как я к тому времени узнал, не все, и только со стороны жениха. Было не очень весело, как, впрочем, почти всегда, когда дело касалось шурина, налицо – камни какого-то преткновения, о существовании которых я пусть и не знал, но – ненароком догадывался... И об этом доме я некогда имел неосторожность заметить: «Дом кутежом красен!» Очевидно не так представляли себе подобные торжества и члены алавердовской фамилии. Двое из приглашённых задремали... «Деталь!» – догадаетесь вы. И я сонно кивну... Закрывая тему его родни, скажу, что у них существовал определённый культ в этом плане, но – ежели кого невзлюбили, неприязнь продолжалась всерьёз и надолго! Со временем я вник в диспозицию и лианинскую родню узнал лучше своей. Хотя и хуже форсайтовской...

А потом... потом молодые исчезли из вида. Где они жили? дружно ли? «Жизнь позволяет поставить «либо», – как сказал поэт. Знаю, что у него в том же году родился ребёнок, которого я, впрочем, так и не увидел. Отсюда делаю опосредованный вывод, что они куда-то переехали. Но с ним я встречался, пусть и очень редко, на протяжении ещё нескольких лет. Шурин помогал мне приобрести кондиционер; потом Лиана со мною пытались встроить его в Институт экономики – увы, безрезультатно. Словом, отдалялись. И круг его интересов был далёк от меня: какой-то бизнес по индивидуальной трудовой деятельности – новая инициатива очередного генсека... Даже раз я ему в столицу какие-то игрухи и причиндалы через проводника или пассажиров пересыпал. Ничего особенного: импорт-экспорт, деньги-товар-навар... Жизнь становилась динамичнее, съезды депутатов, реабилитация прежних врагов, возвращение книг и фильмов, прежде припрятанных в закромах архивов и ящиках столов... что-то прояснялось из прошлого, но настоящее всё больше мутнело, напоминало нэп из учебников и книжек, остро приправленный национальными и иными проблемами, неясными перспективами для себя и семьи; прибавьте к тому и личные мои... нет, не прибавляйте, не откроюсь! А что до шурина, то его авантюрно-предприимчивая натура обрела второе дыхание. Видел я его и в деле, как он, обложившись гобеленами, стоял у местной нашей Девичьей достопримечательной башни столбом лотовым и – молчал... Я не в укор ему, я бы и так не смог. Как же, думал я, он другие дела и делишки проворачивает? Верно, организатор он лучше был, чем рядовой исполнитель. Ведь и успехи были, коль скоро он на капиталы свои даже автомашиной обзавёлся!.. Но, как это по-русски? Вот, знаю такое выражение: «презумпция невиновности», а вот как применить к нему – не знаю. За него очень переживала ближайшая родня, потому и предположу, что деятельность его была на грани фола. Наверное, он знал-таки край, да не падал, в детали я посвящён не был, да и не стремился особенно... Как бы то ни было, он под их ли давлением, избегая вовлечённости в обострившиеся дела современности, в одиночку засобирался в другое государство, что ни говорите – поступок! Перед отъездом предложил мне подзаработать на изготовлении каких-то бирюлок, но я к этому, как и ко многому другому, оказался не вполне

способен, пусть мне деньги и нужны были. Провалился я в этом деле, не оправдал надежд. Поделом!

Всё устроилось тем не менее. И он уехал в Израиль. Через полтора года и я с семьёй эмигрировал, но в другую страну. И целых лет десять мы друг о друге мало что знали. Замечу только, что он, один из наинемногейших, позвонил мне в связи с тяжёлой утратой и выразил соболезнование. Впрочем, я никому почти и не говорил о своём горе: не шибко верю в утешительность дружеского участия и его действенность, якобы способные поддержать и помочь справиться. Кому куда, а мне надо уйти в себя. Чем тут можно утешить? Как сказал Иван Лапшин в одноимённом фильме Юрия Германа: «Ну, умер человек. Что тут поделаешь?...» Действительно, нечего добавить. Это – единственное, что я могу сказать себе... А всё остальное?... Всё же шуринский звонок я запомнил и оценил.

Вот такой водораздел в наших отношения – десять лет, в течение которых он настолько изменился. Но, по-порядку...

Через годы длительной разлуки мы встретились в Нью-Йорке. Сначала он приезжал с кратковременным, говоря суконным языком, визитом. После – навсегда, как это ни горько сейчас звучит. Сказать, что он изменился? Этого мало! Его было не узнать! И если раньше он напоминал мне молодого Шостаковича (особенно на мальчуковой картине, хранящейся у его родителей), то теперь трудно было подобрать слова для его описания. Вспоминалась не к месту цитата из «Мастера и Маргариты»: «Да, его хорошо отделали!» Жизнь тамошней! Время мало кого красит, да ещё – в лучшую сторону. Но он слишком поблёк и потух. Так выглядят люди, которым не хочется, а главное, незачем жить. Почему? Ему всего сорок, он крепок физически, способен к языкам. Что так надломило его? Нет, я, конечно, знал кое-что о его жизни вдали от нас, но не в деталях, из вторых рук, так что не буду пересказывать, а просто констатирую самый факт его перемены, не вдаваясь в причины.

Встретили мы его хорошо, да иначе и быть не могло. Приезжать в другую страну тяжело, если это не туристическая поездка, а **именно переезд**; вторая эмиграция – испытание вдвойне. Он, как мне передавали, почти так и высказался: «Второй эмиграции я не выдержу!» Но – примите в рассмотрение: ехал шурин не на пустое место, а к родным людям, которые обеспечили его заботой, жильём... что там перечислять! Так что, говоря откровенно, проблемы его были минимизированы. Внешние. Потому, если кто-то на основании реальных фактов будет доказывать, что он был вполне благополучен и все его трудности оказывались «в пределах эмигрантского допуска», порушить такой подход может единственная мысль: чтобы судить о ком-то, мало быть в курсе простого перечня событий его жизни, надо знать ещё и отношение этого человека к ним! Скорее всего, такое отношение является более реальным источником его внутренних мучений и переживаний, пусть они тоже связаны с фактами, но – прошлой жизни и больной памяти. А если к этому присовокупить и некоторую его склонность к суевериям и вообще мистике, то картина не то что более усложнится, но даже многое иррационализируется. Что творилось у него в душе? Не знаю. Но о чём-то по внешнему виду могу догадываться. Он временами становился суетливее, раньше за ним такого не водилось. Он рвался найти хоть какую-нибудь работу, упрекал нас, что мы не можем в этом преуспеть. Когда ему говорили, что у него есть возможность учиться, да и языком нужно заняться, он отмахивался. Устраивался сам, но подолгу нигде не задерживался. В этом он был моей противоположностью: я, заполучив работу, пусть самую грязную и неблагодарную, держался за неё, но не в силу особой сознательности или необходимости, а более – безынициативности, смиряясь легче со знакомым злом, чем бегством к незнакомому стремяся!

Тут и иные из моих интенций сказались, о которых сейчас не время и не место; просто это оказалось ещё одним пунктом, препятствовавшим моему с ним сближению и пониманию.

Несмотря ни на что, я попробовал устроить его в некий Автозон, где и сам вкручивал барабанку, одновременно опасаясь за него, вернее, свою рекомендацию. Он явился, поговорил с начальством, но, как я понял, одно из шуринских условий было чрезмерным для них – не работать по субботам, то есть в самый напряжённый день недели. Словом, не выгорело...

Другим пунктом наших разногласий были его суеверия и мистические предрассудки, к которым я относился с понятным чувством скептицизма и, не столь уже необходимым, снисходительности... А это уже мало кому понравится. Одно качество у него оставалось неизменным всегда – желание помочь. Да он и помогал: когда мы собирались сменить машину, шурин ездил с нами на Лонг-Айленд (в этой поездке я обратил внимание на причудливый шрам на его запястье и не смог удержаться от цитаты, доселе мирно дремавшей в памяти: «Откуда у вас такой странный шрам? аппарат Гарина, да?» Он недовольно глянул на меня и... я вспомнил!). Всего, впрочем, могу не упомянуть, должно быть, что-то остаётся и за кулисами памяти. Вот ещё одно: шурин терпеливо возился с нашими компьютерами, в которых разбирался поболе нас. Это качество, я имею в виду бескорыстной помощи, всегда в нём было очень развито. Оно даже почти не зависело от степени близости к нему. Почти наоборот. Он мог помогать и малознакомым людям. Когда ещё в Баку обострились межнациональные отношения, он с риском для себя помогал несчастным; его отношение никоим образом не зависело от их национальной принадлежности, да шурин об этом и не задумывался специально; его вело исключительно желание помочь и спасти людей, тех, кому пришлось очень нелегко. Надеюсь, что это ему зачтётся там, где спрашивается со всех по полной программе. А если не спрашивается, всё равно останется в памяти, пока есть те, кто способны помнить...

Ещё он был очень щедрым и щепетильным: взяв на пару-тройку часов нашу машину на предмет изучения маршрутов возможной работы в кар-сервисе, вернул её с полным баком бензина. Но эта почти болезненная честность стала сочетаться у него с исключительной мнительностью к окружающим: он опасался, что его хоть в чём-то обманут... Это был поразительный контраст с ним прежним, шурином-бизнесменом: не мог же он в те времена играть не по правилам, не им заведёнными, да ещё столь успешно! Свою роль сыграла и его религиозность, которой он отдался всеми силами, видимо, возлагая на неё определённые надежды, чувствуя, что с ним происходит что-то не то... В целом же, мы сильно отделились взаимно, более, я полагаю, по причине изменений, произошедших с ним. Тогда же я поделился опасениями с его сестрой: шурин так себя ведёт, будто «его поставили на счётчик» или он балуется наркотиками, хотя не могло быть ни того, ни другого. Он не курил и даже отказывался от самых безобидных медикаментов. О депрессии я имел самое общее представление, пусть мне и самому были присущи некоторые её черты, причины которых мне достаточно были известны. Потому я самоуверенно выводил свой личный опыт на уровень едва ли не универсального, не веря в беспричинность депрессии и химические её основания у других, самочинно боролся с негативными её тенденциями приверженностью к здоровому образу жизни, особенно к утренним пробежкам (однажды и он присоединился ко мне, но дальше этого раза дело не пошло), музыкой, природой, окунательством в семейные ценности и ещё кое-какими личными иллюзиями. Ему, вероятно, всё перечисленное было более чуждо... Он становился всё мнительнее, даже агрессивнее, принимая на свой счёт самые невинные замечания. Впрочем, если их слишком много, количество не замедлит перейти в качество, по меньшей мере, в восприятии человека мнительного. Подвёз я его утром с сестрой к остановке сабвея и предложил им (неуместно цитатой из фильма) покинуть машину. А до этого на сайте электронной газеты «Семь-сорок» при нём ещё и юмористический тест с низкопробным национальным подтекстом заполнял. Вечером он вызвал меня на толковище по обоим вопросам. Я взял все свои слова обратно, одновременно объяснив отсутствие задней мысли в

инкриминациях. Было и такое, что одну из дежурных моих цитат: «Я – живой человек, а не пенсионер!» – принял, встрепенувшись, пусть и не на свой счёт, но недовольно... Вообще, он перестал принимать злословие в любой форме. Наконец, я объявил ему, что некую проблему он может вполне решить и с Лилей, его сестрой, не адресуясь ко мне! Это когда шурина пытались взвалить ответственность на меня за одно из её решений. Вот тогда, кажется, он и сказал (ближайший аналог нежелательной фигуры речи), что не хочет, чтобы я называл его шурином, ибо «он не сводится к этому определению». Трудно же мне было переделываться! Несколько раз я по упрямой инерции продолжал его так называть, оправдываясь тем, что есть стандартные обращения, типа «папа», «мама», «дядя»... Но он категорически отказался даже входить в рассмотрение вопроса и, надо сказать, с формальной стороны был совершенно прав. Это как «вы» и «ты» или «господин» и «товарищ». Если одну из сторон обращение не устраивает, вопрос однозначно снимается и дистанция, соответственно, увеличивается, хотя малоприятный осадок остаётся...

В первый день нового 2004 года он в отсутствие родителей пригласил меня на хаш, который собственоручно сварил. Мы мирно сидели, хаш без выпивки не обходится, потому выпивали, как в добрые старые времена, от которых ничего не остаётся, кроме воспоминаний. Вернее, остаётся всё, но – в душе! Ведь сокращаются не только большие расстояния, как в песне поётся, но и временны е сближения происходят: некогда на заре туманной юности сестра его ненароком переносила на меня часть симпатий к своему брату; а в этот момент я был для него суррогатом друга, столь одиноким шурина тогдашний представляется мне сейчас.

Весь этот год для него был очень тяжёлым: разного рода размолвки с близкими, потеря горячо любимого дяди, он перенёс два разбойных нападения на улицах большого города, был сам не свой... Вадим то рвался уехать к своим друзьям, то терял ко всему интерес – вёл безрежимную плохо структурированную жизнь вне времени и реалий...

В последний раз мы виделись на дне рождения его средней племянницы. Вадим пришёл, чьему все обрадовались, все три сестры к нему тянулись, причём для этого он не предпринимал ровно никаких усилий. Они уговаривали его прийти и днём раньше на День благодарения. Вадим отказывался... И в этот раз речь у нас с ним зашла о философии. Он вяло отстаивал каких-то доселе неслыханных мною авторов. Я с долей высокомерия объявил, что, дескать, нечего с них взять, маргинальных с обочины прогресса, когда есть такие, как Кант, Гегель, да мало ли... Он промолчал. Не могу вспомнить, как Вадим уходил от нас. Больше между нами не было сказано ни единого слова никогда.

Приложение 4. Стихи

Оглушённые и раздавленные смертью моего брата, задолго до того, как мы стали приближаться к пониманию причин его чудовищного поступка, мы были охвачены всепоглощающей, неутихающей, неотступной болью. В какой-то момент самые первые, самые дикие и кровавые строки я безжалостно отмела: мне показалось кощунством облекать в слова то, что словами невыразимо. К чёрту стихи!

Но стихи всё равно стали приходить как необходимая терапия, помогавшая справляться с болью, проговаривая её вслух.

Я хотела бы, чтобы мои стихи прочитали те, кто прошёл через подобное горе. Они составляют рассеянное по земле особое братство, братство людей, переживших самоубийство своих близких, не знающих друг о друге, скрывающих страшную правду от многих и зачастую от самих себя, молчаливо страдающих. Надеюсь, после прочтения моих стихов они почувствуют себя не такими одинокими и одержимыми чувством вины, потери, пустоты,

растерянности...

Брат

*Памяти моего любимого брата Вадима (Зеева) Алавердова
посвящается*

*Life goes on...
I forget just why.
Edna St. Vincent Millay, «Lament»*

*Жизнь продолжается... Почему – непонятно.
Эдна Сейнт Винсент Миллей, «Жалоба»*

Пролог

(Это стихотворение написано в 1991 году, перед отъездом Вадика в Израиль. Все остальные стихи написаны после его смерти. – Прим. автора)

Уезжает брат родимый
далеко-далёко.
Мне без брата будет грустно,
будет одиноко.
Рыжеусый и румяный
и смешной немножко,
уезжает брат родимый –
 дальняя дорожка!
Знак Давидовый на шее –
дедушкина память.
Однокая дорога...
Что же с нами станет?
Поколения мечтали,
умирая в гетто,
о тебе, Эрец-Исраэль, –
помнишь ли об этом?
Поплыvёшь лодчонкой малой
средь людского моря...
Уезжает брат родимый.
Радость или горе?

1

Брат мой, брат мой,
отчего морщины?
След какого горя

и какой кручины?
Видно, много плакал
у Стены ты Плача.
Видно, что разлука
много в жизни значит.
Погрустнел твой голос,
и пропал румянец.
Может, ты не брат мой?
Некий самозванец?
Ты не создал дома,
не построил храма.
Без тебя в печали
и тревоге мама...

2

Жил-был ты, человек невпопад,
мой любимый, мой младший брат.

(О чём это вы говорите?
Леденеет вода. Крупинки льда
раздавлены каблуком на граните).

Жил-был брат, человек-чудак.
Стоп-сигнал. Повёрнут рычаг.

От тебя отдираю душу.
Можно ли?
Заживает, но только снаружи.
Сложно...

Голос твой притаился в извилинах,
скорчился.
«Алло, Лиля!»...
Выть хочется.

3

Почему заспешил?
Почему заскучал?
Отчего не дождался?
Зачем не позвал?
Я-то думала,

будем бок о бок стареть...
 Не сестру призывал ты
 на помощь, а смерть.
 В жизни много прекрасного,
 много дорог.
 Как оставить родных
 ты безжалостно смог?
 Ты, всё щедро дарящий,
 что ж скупо любви
 нам отмерил? Теперь
 хоть зови-не зови,
 хоть кричи-голоси,
 хоть вопи на весь свет –
 бесполезно. Сим-сим
 не откроется, нет.

4

Первое воспоминанье –
 радость: родился брат.
 Я прыгаю на диване
 (в кроватке, как говорят).
 Неважно – главным стало,
 что у меня есть ты.
 Слово «брать» заполняло
 нишу моей пустоты,
 где я одинока с людом
 взрослым, среди ребят
 уже никогда не буду:
 ведь у меня есть брат.

5

Ты преступить решил.
 Был до безумства смел.
 Выпрашивать удач
 у жизни не хотел.
 И что тебе сестра,
 родители, родня?
 Мы были за бортом
 сознанья у тебя.
 Трагедию тащил
 всю жизнь на поводке.
 По жизни шёл шутя,

подростком, налегке.
Трагедия хрипит
и рвётся – приручить
её не удалось –
и обрывает жизнь.

6

– Мой любимый, приходи
в День благодаренья:
вот индейка, вот пирог
тыквенный, варенье.

– Нет, сестрица, не могу,
тяжко мне, сестрица.
Я на дальнем берегу,
жизнь мне только снится.

– Ах, мой братец, приходи,
дети будут рады.
Всё один ты да один –
быть нам вместе надо.

– Я, сестрица, одинок,
и поставим точку.
У тебя обед и дом,
муж, работа, дочки.
Я уж лучше погляжу
на закат с балкона,
я уж лучше послежу
за волной солёной.
Ты не сможешь мне помочь,
и никто не сможет.
Жизнь мою подруга-ночь
звёздами итожит.

7

Мне остаётся удел –
кариатидой слепой –
кто б осмеять посмел? –
дом подпирать собой.
Каменным сим столбом,
зубьями скрежеща,
чтобы не рухнул дом,

что на моих плечах.
 Слабый брат, не Атлант.
 Выдержать ты не сумел
 мой сизифов наряд,
 глыбовый мой удел.
 Из-под каменных век
 вам не увидеть слёз.
 Буду я в дождь, и снег,
 и в жару, и мороз.
 Трещины на руках.
 Буду стоять. Пока.

8

Не могу сказать «прощай».
 Ты со мной иль где-то рядом.
 Горе – это не печаль.
 Горе укрощать не надо.
 Пусть оно в груди сверлом
 рыщет и меня калечит.
 Мне заботы нет о том,
 чтобы было легче.

9

…и неразлучна я с бедой.
 Она со мной, всегда со мной.
 Глаза открыв или закрыв –
 один в душе моей мотив.
 Ложусь, встаю и что-то ем –
 её не отогнать совсем.
 На все грядущие года
 она со мной, моя беда.
 На снежную равнину лет –
 тень смерти, мысль, что брата нет.

10

Вместо твоего плеча –
 камень, памятник поглажу.
 Мне осталась лишь печаль.
 Мне одной нести поклажу.
 Вместо серых глаз твоих –
 надо мной сереет небо.

Ты оставил мир живых
так поспешно и нелепо.
Локти грызть, себя казнить –
не помогут завыванья.
Не оставил ты письма
на прощанье.

11

Забудьте обо мне, как будто не жила.
В какой дыре, в какой норе мне скрыться?
От бледного любимого чела
не отвлекают ваши лица.
И дайте вдосталь мне наплакаться одной,
излиться водопадом боли.
Я перешла рубеж. Я в стороне иной.
Участие меня неволит.
Букет засохший на могиле. Мелкий дождь.
Меня вы утешать не смейте!
Поправший жизнь и отрицавший ложь,
он отнял право первой смерти...

12

Оттолкнувшись, прыгнуть в никуда.
В землю врезавшись метеоритом.
Безмятежный и лихой чудак
сорвался с орбиты.
Не заметил мир. Миллионы тел
спали и ворочались в постели.
Выпав из гнезда, птенец летел
к цели.

13

Валяйте! Гурьбой веселитесь
в своём карнавальном чаду.
Но только меня не зовите
на пиршество. Я не приду.
Я миру иному причастна,
и я презираю обман
улыбок чужого участья
и непотопляемый fun.

14

Лучшие уходят.
 Мир их сложен.
 Мы же остаёмся –
 Толпы толстокожих.
 Среди писем старых
 и конвертов
 мы разгадки ищем.
 Нет ответа.

15

Мальчик с мечом деревянным
 с миром ушёл воевать.
 Мальчик вернулся изранен,
 плюхнулся на кровать.
 Остались компьютер, Конфуций,
 Булгаков и Книга Зоар.
 Тикали мысли-минуты.
 Сорок: не молод, не стар.
 Сорок: не стар и не молод
 телом. Душою – старик.
 Череп сомненьем расколот.
 К чёрту советы родных!
 Усталость-тоска навалилась.
 Мне нет иного пути.
 Сдаюсь на Божию милость.
 Мама, прости!

16

Мне сказала подруга, что я посвежела изрядно.
 Это правда: была на могиле у брата.
 Ах, кладбищенский воздух влияет на кожу!
 Побывав на могиле, я стала моложе.
 Я б обиделась, если б смогла.
 Только знаю:
 она не со зла.

17

Адрес твой известен, и тебе не скрыться.

Бедная, родная, замученная птица!
Улетел наш сокол, и не стало песен.
Мир тебе, как клетка, оказался тесен.
Извини, мой братик, говорю банальность.
Причитать и плакать только и осталось.

18

У каждого свой путь.
А ты свой оборвал.
У каждого свой крест.
А ты свой обронил.
У каждого свой шанс.
А ты свой потерял.
Меня заставил жить
Одну среди могил.

19

Мне оставил Звезду Давида,
до конца моих дней обиду,
что ты первым посмел уйти.
Как ты мог преступить, мой хороший?
Нас оставить в беде, одинёшеньких,
в неизвестности и в пути?
Хоть планета людьми богата –
мне никто не заменит брата,
наше прошлое и тепло.
Словно сфинкс, глядишь с фотографий.
Улыбаешься. Ах, отстаньте,
мол, не видите? Тяжело...
Жалят душу вопросы-осы,
и досада и боль заносят
и приводят опять во мглу.
Утешенья нет и ответа.
Изdevается только эхо:
«Почему? Почему? Почему?»

20

Я улыбаюсь и хожу,
Пью чай, киваю вам.
А он в могиле, он один
там, там, там.

Я безголовый манекен,
автомат.
Душа моя зарыта там,
где мой брат.

21

Одиннадцать лет разлуки
и вот – разлука навек.
Не надо, не поднимайте
моих истерзанных век.

22

Чтобы тебя оживить,
я б реки свернула вспять,
но мойры порвали нить,
и нечем горечь унять.
Я не сказала слов
нужных, не помогла.
Твой молчаливый зов
глушили мои дела.
Поздно, поздно теперь
клясть и волосы рвать.
В limbo захлопнулась дверь,
и рек не воротишь вспять.

23

Всё теперь не то,
всё теперь не так.
Жизнь пошла теперь
наперекосяк.
Мне не в радость день,
не во благо ночь,
и не отогнать
чёрных мыслей прочь.

24

Из дома вышел человек
С дубинкой и мешком
И в дальний путь,

И в дальний путь
Отправился пешком.

Даниил Хармс

Из дома вылетел птенец,
из отчего гнезда.
Он далеко не улетел,
а рухнул вот сюда.
В ложбине лужица блестит,
весной взрастёт трава.
Зачем об этом я пишу?
Зачем ещё жива?

25

Воспоминанье о тебе
в костюме, талесе, кипе...
Ты как фигурой восковой
предстал на миг передо мной.
Я буду помнить до конца
рыданья матери, отца.
Что ты наделал, глупый?
Лежишь безмолвной куклой,
красивый и несчастный,
навеки безучастный.

26

Упустили, проморгали,
недопоняли, слепые,
до глубин не докопались,
не дознались, упустили.
А теперь гадать на гуще:
«Если б так?», «А если б эдак?»
Валидол на сон грядущий,
и сочувствие соседок.

27

Мне снился разговор по телефону.
И голос твой был слышен, как живой.
Какие-то вещицы занимали...
Потом, проснувшись, даже и не вспомнишь.

Ты однозначно отвечал, и вдруг
сознание забрезжило, что этого
не может быть. И тут же захотелось
наш разговор продолжить, но увы:
померк он, оборвался... Пробужденье
на тридцать пятый день, как нет тебя.

28

Не говорите фраз «Жизнь продолжается»
и «Время лечит».
Не надо мне напоминать о долгे:
о своих долгах я знаю.
Не говорите: нет моей вины.
Не сообщайте мне, что был он болен.
Не спрашивайте о моих делах.
До ваших дел мне тоже мало дела.
Не приглашайте в гости, на концерт,
не улыбайтесь мне, не отвлекайте.
Забудьте о моём существованьи.
Я примитивной камбалой на дне
хочу лежать. Мне дела нет до пены.

29

Ты чувствовал, что ты один.
Ты чувствовал, что никому не нужен.
Как ты посмел подумать так? А мы?
Сестра, отец и мать, твои родные?
Твой сын, твои друзья?
Ты и не вспомнил...
Тянулся к людям и от них бежал.
Советовал, шарахался советов
и никого обидеть не хотел –
и нам нанёс смертельную обиду.
Сквозь скорлупу нам было не пробиться,
в которой ты себя терзал, казнил,
и выпорхнул, и нас навек оставил,
страданья эстафету передав...

30

Как по минному полю вслепую бреду,
и теряю родных, и встречаю беду.

А последняя эта потеря
распахнула мне адовы двери.

31

Когда б могла я верить,
что души близких где-то надо мной,
соединившись, радуются встрече,
то я б успокоение нашла.
«Блажен, кто верует»!
Увы, святая правда.

32

На двадцать третий день, как ты погиб,
волением неодолимых сил
земные плиты сдвинулись, цунами
обрушилось на Азию, сметая
деревни целые и пляжников беспечных,
круша дома, ломая поезда,
как щепы, и пришло на Землю горе,
что охватило сразу сотни тысяч
людей, беды не ведавших, однако
чужое горе наше не затушит,
не легче нам, хотя бы и страдал
весь род людской...

33

Внезапно ты ушёл, и твой уход
подобен был треклятому цунами,
коварно застающему врасплох,
несущему Земле тупую ярость,
бездущие и волю сил слепых.

34

Так, старый крот! Как ты проворно роешь!

Шекспир, «Гамлет»

Не могу говорить о тебе с чужими...
Как объяснить твой поступок?

Хлопает дверь на ветру.
 Как ветер уймёшь?
 Твой уход оставил в сердце дыру.
 Ты оказался хрупок.
 Ветер и дождь.

Да, это было счастье,
 когда был жив.
 Мы же счастья прождали:
 «Вот завтра, вот
 прекрасные дали».
 Тревоги мотив.
 Роет проворный крот.

35

Ты был не похож на прочих,
 сам по себе живя
 где-то за облаками,
 в измерены ином.
 Некогда было очень
 расспрашивать тебя
 о мире, тебе одному
 знакомому.

Некогда, некогда было
 о боли твоей расспросить,
 некогда докопаться
 до чудных твоих пружин.
 Тело твоё остыло.
 Теперь ничего не болит.
 Ты лежишь под землёю.
 Отец. Брат. Сын.

36

Водолей... Ускользнул-таки, да.
 Ты от нас ускользал всегда.
 В глубину, в себя, ну а то – к друзьям,
 в города чужие, к чужим морям.
 Непоседа, вечный странник, чудак,
 ускользал приключений ради, за так,
 ни во что не ставя комфорт и быт:
 Диоген современный в постели спит.
 Ты трагедию взращивал, или Бог

надоумил? Или бездушный рок
подхватил в поток, мол, скорей, скорей,
утекай из мира, мой Водолей...

37

Выгравировано в памяти: отмахиваешься
от моих советов, словно сноб;
от моих объятий уворачиваешься,
пиво пьёшь и некрасиво морщишь лоб;
за компьютером сидишь привинченный,
возвращаешь (вечный оппонент!),
улыбаешься улыбочкой давинчевой,
поглощаешь миллион конфет,
или притчу скажешь, словно с цадиком
довелось мне говорить, а не
с моим братом, братиком, не с Вадиком,
и уходишь от меня – ко мне.

38

Ушёл, ушёл
без возврата,
ушёл,
как не было брата,
стерев в порошок
«Всё будет хорошо».

39

Сердце оборачиваю ватой.
Память прячу в коробок.
Вот за благодушие расплата.
Вот урок.
Буду скрягой в коробке я рыться,
бережно перебирать
то, что было и чему не сбыться,
в сотый раз вопросами казниться,
облик милый вызывать опять.

40

Ты любил дарить подарки...

Тут они, все как один.
 Вот бессмысленный и яркий
 надувной большой дельфин,
 чья-то морда на пружине,
 красный плюшевый медведь;
 чашке из Канады синей
 весело, должно быть, здесь
 средь бокалов хрупких, стройных,
 что ты тоже подарил.
 Спи, мой братик, спи спокойно,
 ничего ты не забыл.
 Амулет, значки и бусы,
 жвачки детям, виски взрослым,
 и твоё наследство грусти –
 сиротливые вопросы...

41

В день рождения без тебя
 буду притворяться я,
 что сегодня день обычный:
 день рождения без тебя.
 День последний января.
 Люди что-то говорят.
 Ничего слова не значит.
 Всё, что было, было зря.
 Тосты, пожеланий пыл
 дух мороза остудил.
 Водолей журчал и лился
 и в земле навек застыл.
 День рождения без тебя
 худшим днём календаря
 был бы, если бы не страшный
 смерти день на месяц раньше.

42

Небо скатаю – серый ковёр –
 в трубочку астронома.
 Нет тебя там,
 нет тебя здесь,
 в небе и дома.
 Знала бы – пском на пороге легла,
 взвыла бы воем.
 Только уйти бы я не смогла

вместе с тобою.

43

Ангел смерти коснулся меня крылом,
с твоей душой отлетев.
Твоих фотографий полон дом,
я вижу тебя во сне.

Что понял, чего недопонял ты –
тщетно разгадка искома.
Оставив листы дневника пустыми,
ушёл человек из дома.
Недосказав, не объяснив,
в гибель ушёл, в хаос.
Песни неспетой твоей мотив
Ангел смерти унёс.

44

Три дерева на память о тебе
пускай растут в израильской земле.
Пускай их кроны плачут, и поют,
и тень дают, и птицы гнёзда вьют.
Ты эту землю почитал своей.
Там ты прочувствовал, что ты еврей.
Что Новый Свет и все богатства в нём?
Ты был не очарован, не пленён.
Когда-нибудь, да-да, когда-нибудь
в родную землю приведёт мой путь.
Там, где невидимы твои следы,
где десять лет один скитался ты.
Там все деревья будут мне родня.
Тысячелетья обоймут меня.
Пока же неизвестен мой маршрут.
Три дерева пускай растут, растут...

45

Все люди – деревья.
Одни растут прямо, другие криво.
Вадим Алавердов

Растут деревья прямо,

растут деревья криво.
На глянцевой открытке
огромная олива.
То мне к сорокалетью
от брата поздравленье.
Меня сравнил с оливой,
хоть я и так растенье.
Желал плодов побольше
и много лет пророчил.
С израильской оливой
тягаться нет мне мочи.
Усталость чёрной тучей
накрыла, не уходит.
Огромная олива
красуется в комоде.
К чему мне плодовитость?
На что мне долголетье?
Вот только держат в жизни
родители и дети.

46

Как можно так уйти, любя?
Украдкою, по-воровски
и не оставив второпях
записки. Память – на куски.
Улыбки и слова, весь путь
перечеркнув и обломав,
все письма, радости (о жуть!),
всей жизни трепетный анклав
и – вдребезги, как ничего
не значит прошлое, ничуть.
Без объясненья. Нет его.
Пусть кто-нибудь ответит! Пусть!

47

Где-то, сквозь звёздные дали,
плывёт планета Титан.
Шум ветров океанских
космический аппарат
доносит до нас оттуда,
где никто не бывал.
Но что мне странные звуки
чужих метановых волн?

Мне б голос родного брата
хотя б на миг услыхать...

48

Если б ты поделился мукой,
если б помоши ты попросил –
я приползла бы, мой братец,
к тебе из последних сил.
Но помощь моя постыла,
мой голос завяз в ушах,
и ты не подал сигнала,
и ты превозмог свой страх.
Быть сильным всегда казалось
тебе важнее всего.
Остались досада и жалость,
остались горе и боль.

49

Снег на могиле.
Камешков ряд наверху,
словно позвонки.

50

Смейтесь надо мною
те, кому не жалко!
Я от вас не скрою,
что пошла к гадалке.
Мне она сказала
о моей потере.
Сердце губкой сжалось –
как тут не поверить?
И всего отрадней,
что душа родная
бродит где-то рядом,
только где – не знаю.

51

Тишина в доме.
Только вопросов крючки

сердце пронзают.

52

Прежде
ты занимал
места немного:
не точка, но
нечто вроде кружочка,
учитывая биополе,
может быть, шара...
Теперь же –
карма на то или кара –
ты везде,
где я,
следом, следом,
послужнее тени,
за каждым движеньем,
за каждым словом моим
следя.

53

Вот и всё. Окончательно. Точка. Топор,
разрубающий гордиев узел. Кранты.
Не могу я понять и простить до сих пор,
как украдкой ушёл без прощания ты.
Только снял могендовид, что был на груди.
Только всё зачеркнул, что ни есть впереди.

54

Умело всхлипывает директор похоронного дома.
Десятки ненужных и нужных знакомых.
Их благодушие, этикет и манеры.
Дают советы. Приводят примеры.
Некоторые соболезнуют – в глазах улыбка.
Осуждать её было бы ошибкой.
Непробиваемое благополучие.
Хорошие и достойные люди.
Приручают страдание. Дикого зверя –
прянниками вскармливать? Не верю!
Ничего у вас не получается!
Зубы скалит и не приручается.

«Чудище обло, озорно, огромно, стозевно и лаяй».
Благоразумные игры ваши не принимаю!

55

А жизнь была недлинной.
А жизнь была печальной.
И твой кораблик сгинул,
исчез и не причалил
ни к дому, ни к работе
и ни к иудаизму.
Трепался бедный парус,
как символ укоризны
благополучью прочих,
достатку и довольству,
дразнил сознанье парус,
как дерзкий знак вопроса.
Трагично и нелепо,
нелепо и трагично
исчез, как растворился
в пучине безразличья.

56

Мама, не плачь! Ему хорошо.
Мучений нет. Он просто ушёл.
Прими валерьянку. Поешь. В мире сем
всё образуется. Проходит всё.
Жить надо. Жить надлежит.
Испытанье ниспослано. Помнишь, Иов?
Мама, не плачь! Без телесных оков
Душа его с нами. Его любовь.

57

Кружится голова, и тянет в бездну,
но стану бабой каменной, железной,
но стану бабой железобетонной:
терзанья и уклоны – вне закона.
Биение моей сердечной мышцы
никто-никто на свете не услышит.
О чём я думаю, о чём мечтаю,
никто-никто на свете не узнает.
Но если тень любимая, но если!

Тогда я снова, прежняя, воскресну...

58

Расслабиться и замереть –
и только уши мёрзнут, только
земная ледяная твердь
и ход безжалостной истории.
И мысль о том, что он застыл,
закаменел в земле промёрзшей.
Не говори: он так решил
и что не холодно умершим.

59

Не от мира сего ты был, говорят,
непутёвый, любимый мой младший брат.
Непохож на расчётливых и деловых.
Кто-то скажет: «святой», а кто-то: «псих».
Кто-то скажет: «псих», а кто-то: «святой».
Не пролезть, не узнать дух загадочный твой.
Ко двору не пришёлся нелепый чудак.
Не ценя свою жизнь, с ней расстался за так.
И оставил меня, разрубив пополам,
чтоб на время служила обоим мирам.

60

Украли «Крик»
знаменитого Мунка.
Украли «Крик».
Я думала: шутка.
Нелепо и жутко.
Ты слышишь, старик?
Украли – «Крик».

Крик провидца,
нутром почувавшего
ужасы бойни
грядущей, мировой.
Говорят, уничтожен.
Можно окочуриться
от непроходимой
тупости людской.

Мой же крик
вы не уничтожите:
обручем стальным
горло сведя,
крик мой ворочается
под кожей,
нутро разрывая,
выхода ища.
Слезами жалкими
просачивается,
во мне законопачен –
никому не украсть.
Вот-вот гроханёт
в небеса святотатственно
его жерло-пасть.

61

Треугольник. Верхний угол –
к Богу, к небу голубому.
Треугольник смотрит вниз,
обращён к земному дому.
Знак Давидовой звезды –
двух миров объединенье.
Говорил об этом ты
мне когда-то с убежденьем.
Эту мысль сейчас прочтя
в книге «Как справляться с горем»,
я увидела тебя – говорящего, живого.

62

Треугольник, обращённый вверх,
треугольник, обращённый вниз, –
то шестиконечная звезда
и геометрический пример.
Посмотри, вздохни, в него взглядись,
помолчи, коль нечего сказать.

Брата вспомни, как однажды он
указал тебе на эту связь:
Знака с Мирозданием союз,
Духа вседесущего закон.
Цельность мира прошивает нас:

небо и земля и смех и грусть.

Что ещё сказал любимый брат?
Память виноватая молчит.
Съёжилась, сиротствуя, душа.
Нет пути вперёд, и нет – назад.
Он оставил старые ключи,
чтоб загадки новые решать.

63

Мне хочется верить, что прошлого нет.
Ведь ты говорил: «Жизнь и смерть – всё едино».
Вопрос неизбежен, коль задан ответ.

Следы, отпечатки... Художник, поэт...
Бессмысленный труд над игрою-картиной.
Мне хочется верить, что прошлого нет.

Хаос и гармония, смысл иль бред?
Нам будущий ветер колотится в спину.
Вопрос неизбежен, коль задан ответ.

А ты не ушёл. Ты в созвездии лет
навеки, сохранно, неуничтожимо.
Мне хочется верить, что прошлого нет.

Младенец, подросток, мужчина... Не дед:
не дожил, имея растущего сына.
Вопрос неизбежен, коль задан ответ.

И что изначальнее: тьма или свет?
А наша судьба – это сгусточек дыма.
Мне хочется верить, что прошлого нет.

Вопрос неизбежен, коль задан ответ.

64

Всё мимо, мимо, мимо, мимо,
неумолимо и незримо
меня относят от тебя
заботы дня.

Прости за то, что не сумела

и просто недопоняла.
Разбросанность моя, незрелость,
дела, дела.

Прости за то, что мне наскучил
холодно-отчуждённый вид,
что не смогла сестрою лучшей
тебе я быть.

Мой близнецово-половинный,
что могут выразить слова?
Прости меня, родной, любимый,
что я жива.

65

Манхэттен. Конец мая. Тепло, и цветут деревья.
Девять человек собираются в прекрасном здании,
похожем на церковь.

Наши стулья расставлены так, что образуют круг.
Рядом с каждым стулом лежат бумажные носовые платочки.
Мы не знаем друг друга.
Мы записываем наши имена на листке у входа.
Мы садимся.
Мы ждём в неловком молчании.
Потом мы говорим. Мы говорим о НИХ!

«Она была моей сестрой, любовью моей жизни. У неё был чудесный, преданный муж и двое детей, восьми и одиннадцати лет».

«Он был моим шестнадцатилетним племянником. Его младший брат обожал его».

«Он был моим сыном».

«Он был моим братом... благополучный юрист... дом... семья с двумя детьми».

«Она была моей матерью. Оставила семерых детей».

«Он был моим младшим братом. Комната светлела, когда он входил. На следующий месяц ему предстояла свадьба. Его невеста нашла его на полу».

«Она была моей сестрой. Если вы посмотрите на наши семейные фотографии, я кажусь какой-то чужой, не из этой семьи, зато она – живая картина успеха».

«Он был моим братом, программистом-компьютерщиком. Мои дети называли его «самый весёлый дядя в мире».

«Это большой секрет. Даже наш священник не знает».

«Соседи нас очень поддержали».

«Наш привратник до сих пор не знает».

«Люди говорят: «Я знаю, что вы чувствуете. Моя бабушка умерла в прошлом году. Ни черта вы не знаете».

«Мы не говорим об этом в нашей семье».

«Это случилось месяц назад».

«Это случилось тридцать лет назад. Как будто вчера. Мой мир взорвался».

«3 июня будет шесть месяцев».

«Это произошло три месяца назад».

«Я виню себя. Я убила мою сестру. Почему я позволила ей поехать в эту командировку?»

«Мне нужно было поговорить с ним душевно, спросить: «Эй, что не так? Чем я могу помочь?»

«Мы не понимали».

«Я не могла представить».

«Я был дураком».

«Я чувствую провал. Я провалила испытание».

«Мы проговорили весь день. Я не заметила ничего подозрительного».

«Я как замороженная. Я не могу плакать. Я пришла сюда, потому что я хотела плакать».

«Я всё время плачу. Я не могу выразить соболезнование кому-нибудь без того, чтобы не расплакаться самой».

«Я думаю о нём, как только проснусь и перед тем как засну».

«Его невеста теперь вся в делах. Она хочет быть занятой всё время».

«Его мать не верит».

«Я не могу войти в её комнату».

«Они продали дом».

«Я ненавижу Манхэттен. Я не была в Манхэттене сто лет».

«...депрессия».

«...маниакально-депрессивный психоз».

«...психическое расстройство».

«...электрошоковая терапия».

«...совершенно здоровый парень».

«...две попытки».

«Вы сердитесь?»

«Мне его не хватает».

«Как его мать?»

«Почему она меня наказала?»

«Почему?»

«Почему?»

«Почему?»

«Почему?»

«Почему?»

Мы плачем.

Мы беседуем.

Мы говорим, и говорим, и говорим.

Бумажные платочки почти закончились.

В соседней комнате смеются.

Какое-то мероприятие в актовом зале.

Что-то происходит и здесь.

Мы ткём гобелен.

Гобелен из вины, самообвинений, унижения, боли.

Чувства предательства и пустоты, чувства непринадлежности, чувства, что мы совершенно изменились, мы незнакомы самим себе, чувства, чувства...

Мы ткём гобелен, и он исчезнет, когда мы уйдём.

Нам пора уходить.

Вновь неловкое молчание.

«Спасибо, «Спасибо», «Спасибо».

Мы уходим.

66

Нет, не лепестки, а снег в апреле
поворачивает время вспять!

И расцветшие деревья обалдили:
Как такую дерзость понимать?

Говорят, что потепление глобально.

Непохоже, если выглянуть в окно.

Неуместно, и нелепо, инфернально,
и назойливо, и вовсе не смешно.

Снег в апреле – шёпот смертной стужи,
неба вздох о роковой зиме.

Может быть, напоминанье нужно
тем, кто хочет позабыть. Не мне.

67

Я тебя прощаю за то,
что была для тебя не тем,
кем был ты для меня;

что во мраке остался один,
 а ведь было вдосталь огня;
 и что ты не сказал мне ни слова
 ни после, ни до;
 и что жизнь искромсал в лоскуты
 процентов на сто;
 и меня к скале безучастья
 навек приковал;
 а ведь сам сбежал, драпанул,
 сиганул в провал,
 ускользнул, излился,
 наивных перехитрив,
 молодым оставшись,
 близких осиротив,
 нам –очные кошмары,
 себе –тишину.
 Я прощаю тебя, мой братец.
 Спи.
 Я после усну.

68

Кипарис на могиле твоей посаджу.
 На тебя то сержусь, а то не сержусь.
 Как ты мог? Как ты мог?
 Как ты мог? Как ты мог?
 Мне ответят ангелы или Бог,
 или у самой заветной черты,
 когда обнимемся, я и ты.

69

Писала я по-бабы и по-дурьи:
 «Мой брат живёт и в ус себе не дует».
 А на счету всего одна неделя...
 Куда глаза мои дурацкие глядели?
 Не понимала я, не понимала...
 Когда же поняла – старухой стала.

70

Всё о тебе, всё о тебе...
 Плющ на земле, самолёт в синеве,
 Шорох зелёный, оранжевый зной

Мне говорят, что тебя нет со мной.
Вешней природы слепая краса
Несправедливостью режет глаза.
Буду стареть, одиноко скорбя,
Что никогда не увижу тебя.

71

Запрячь в шкатулку глубоко,
непостижимо глубоко,
неумолимо глубоко
запрячь, на ключ запри
то, что и мучило, и жгло,
что изморщнило чело, –
окаменевший крик.

72

...А в Ботаническом саду
казалось мне, что я найду,
чего и не бывало.
Среди приветливых аллей,
цветенья, шорохов, теней –
невестой жизнь предсталла.

Зачем же в этот дивный сад
тебя не привела, мой брат?

73

Ботанический сад каждый день иной.
Только Ты неизменно всегда со мной.
Взгляд назойливой совести.
В ад
превращается Ботанический сад.

74

Я жертва крушения корабельного,
на берег выброшена волною.
Мои иллюзии и сомнения
в обломках валяются предо мною.
Невежественна, как простая устрица, –

замыслы, планы – в жалкие щепы!
 Что толку каяться или безумствовать?
 Голову посыпаю пеплом.
 Меня истрепали волны отчаянья,
 и вот лежу трухой безжизненной.
 Не спрашивай, отчего опечалена,
 и не гляди на меня укоризненно.

75

И блеск воды, и яхты на причале,
 и безмятежно лебеди плывут...
 Сюда, сюда подальше от печали
 нечаянный привёл меня маршрут.
 Хоть ветreno, но на душе покойно.
 Ухоженный, приветливый причал.
 И лишь скребётся мысль одна невольно:
 «О, если б ты всё это увидал!»

76

Вот подкрадывается зима.
 Подползает зловещий мороз.
 Мы с тобою навеки врозь.
 Мы с тобою навеки врозь.

Твоё тело лежит в земле.
 Дух витает Бог знает где.
 Обо мне не подумал ты.
 Моё горе ты проглядел.

На могиле желтеет куст.
 Безразличные небеса.
 А на сердце такая грусть,
 что не высказать, не сказать.

Я зажгу по тебе свечу.
 Выпью рюмку вина. Помолчу.
 Виновата – не виновата –
 я одна осталась. Без брата.

77

Как ты мог уйти так рано?

Как ты мог уйти?
Ноет, ноет, ноет рана
у меня в груди.

Узы любящие – путы.
Не доверил боль
никому ты, никому ты.
От себя ушёл.

Не стерпела униженья
гордая душа,
Суд безжалостный, последний
над собой верша.

78

Коренастый куст самшита,
крепкий, сильный, глянцевитый
и выносливый – нет слов.
Куст самшита, куст самшита...
Запечатана, зарыта
под тобой моя любовь.

Если бы Господь дал силы,
посадила б на могиле
(что б одобрил брат мой сам)
иву, родственную грусти,
или кипарис, и пусть бы
он тянулся к небесам.

Но нужна для ивы влага,
кипарису же – отвага
устоять на злых ветрах.
Всё прекрасное ранимо:
бабочка порхает мимо,
гаснет радость на устах.

Потому и куст самшита,
прозаичный, в землю влитый,
нужен здесь, незаменим.
Средь бунтующего горя
он один судьбе покорен,
и надёжен он один.

79

Моя свеча, ну как тебе горится?

Леонид Губанов

Моя свеча, ну как тебе горится?
 Простая поминальная свеча...
 Уснул весь дом. Лишь нам с тобой не спится:
 Мы тлеем и горюем по ночам.

Сохранна под защитой плексигласа,
 Мерцаешь ты, питая огонёк.
 Благодарю, что не сгораешь сразу.
 С тобой, свеча, мой дух не одинок.

Прикрою форточку, чтоб ветром не задуло,
 пытаясь пламя памяти сберечь.
 А ход часов неумолим и гулок
 и близит миг неотвратимых встреч.

80

Как во первый раз посадила куст – пожелтел, завял.
 Как во вторый раз посадила куст – ворон злой склевал.
 Как во третий раз посадила куст – вор украл.

81

Далеко-далеко от обид и угроз
 ботанический сад веет запахом роз.
 Пруд японский – осколок нездешней красы.
 Черепахи на солнышке греют носы.

В уголке безымянная чья-то скамья.
 Все скамьи с именами, она же – ничья.
 И назойливо вертится мысль в голове,
 чтобы имя твоё прикрепить к той скамье.

Чтоб усталый прохожий, когда довелось,
 с благодарностью имя твоё произнёс...

82

Ты ходил неслышной походкой.
 Ты легко относился к деньгам.

Маме сказал: «Возьми, сколько тебе надо, в ящике лежат». Ты мог сидеть, уставившись в одну точку и теребить губы, И думать, думать о чём-то своём, тебе одному известном. Ты жалел всё живое, от мух до стариков. Ты любил Гашека, Ильфа и Петрова, песни Высоцкого. Ты пытался проникнуть в тайны каббалы. Ты не любил советов. Ты не верил в себя. Ты молча страдал. Ты бы выполнил любую мою просьбу. Почему я не попросила тебя сохранить свою жизнь?

83

И где теперь твоя душа, мой милый?
В аду, в раю, в чистилище – кто знает?
В каких небесных областях витает,
несчастная, вспорхнув с твоей могилы?

Не упрекаю. Нет во мне обиды.
Иссохли слёзы. Каменным уродом
стою под равнодушным небосводом.
Взираю. А вокруг бурлит коррида.

Что сделал ты со мною и с собою?
Беспомощные, жалкие вопросы...
Так бьётся пчёлка о стекло, и тщетно.

Бреду своею скорбною тропою.
Раскаявшимся Генрихом – в Каноссу.
И ни конца дороги, ни ответов.

82

Думала о тебе и вижу:
Бабочка на асфальте
Крылышками трепещет.
Положу её на траву.
Может, это весть о тебе?

Эпилог

Что бы я тебе сказала, если б могла тебя вернуть?
Что ты мне дорог каждой клеткой, самой больной, дерзкой и

безумной...

(Твои руки, похожие на мамины и на дедушкины...

Твои редеющие волосы... Когда стригся – становился похож на мальчишку.

Твой беззвучный смех...)

Что я готова тебе служить до конца своих дней,

что ты у меня один, один-единственный,

что у меня никогда не будет брата,

что ты не имеешь права бросать меня...

Что я как дерево, разрублённое пополам.

Я бы крикнула: «Не смей! Не уходи! Не уходи!

Твоя жизнь – не только твоя.

Не ты её создал – не тебе её забирать».

Я бы бухнулась на колени и умоляла, умоляла, умоляла...

Но боюсь, и тогда бы ты покинул меня

И ушёл... Во тьму или свет?

Декабрь 2004 г. – сентябрь 2012 г.

Приложение 5. Переводы

Эдвин Арлингтон Робинсон

РИЧАРД КОРИ

Когда бы ни появлялся Ричард Кори,

Он привлекал вниманье непременно:

С иголочки одет, побрит и строен,

Он с головы до пят был джентльменом.

Беседовал на равных с первым встречным,

Покой и человечность излучая,

И учащал биение сердечное,

Приветствием простым, и шёл блестая.

Он полон был учёных разных знаний,

Богат же, как король, притом безмерно.

И был примером он для подражанья

И нашим идеалом неизменным.

Мы жили тяжело и ждали света.

Кто клял свою судьбу, а кто молился.

А Ричард Кори ночью жарким летом

Пошёл к себе домой и застрелился.

*Стэнли Кьюниц***ПОРТРЕТ**

Моя мать никогда не простила моего отца
за самоубийство,
особенно в такое неподходящее время
и в таком месте, как в парке весной,
когда я вот-вот должен был родиться.
Она заперла его имя
в самом глубоком ящике
и не выпускала его наружу,
хотя я мог слышать, как он стучится.
Когда я спустился с чердака
с пастелью в руках,
на которой был изображён большегорый незнакомец
с бравыми усами и спокойным взглядом глубоких карих глаз,
она разорвала рисунок на части
и, ни слова не говоря, влепила мне пощёчину.
В свои шестьдесят четыре года
я всё ещё чувствую,
как горит щека.

Фредерик Бакнер*Frederick Buechner из книги Dwarves in the Stable (Цит. По книге After the suicide).***КОРАБЛЬ**

Я стою на берегу, когда большой корабль
невесомо выплывает из гавани и уходит вдали.
Он прекрасен. Раздуваются паруса.
Корабль сверкает, словно луч солнца на водной глади.
Он уменьшается в размере, и, наконец, его белые паруса
становятся ленточками
там, где сливаются море и небо.
Я гляжу на него, а голос за моей спиной произносит:
«Ну вот, он исчез». Исчез. Исчез?
«Нет», – я говорю себе.
Нет, он не исчез. Неправда.
Он исчез только в том смысле,
что я не могу его больше видеть.
Но в реальности он такой же, как всегда,
такой же прекрасный, сияющий.

В глубине сердца я знаю,
что на другом берегу
другие голоса кричат:
«Смотрите! Смотрите все! Вот он идёт!»

Айрис Болтон

СЫН

Холодный и жестокий сын
лежит, непроницаем.
Он тёплым был. Он добрым был.
Я мать его. Я знаю.

В крови и тело, и душа.
Что можно тут сказать?
Он прожил двадцать лет всего
и вот закрыл глаза.

Друзья всё боятся разгадать,
Достигнуть понимания:
была ли цель, светил ли смысл
в его душе израненной?

Во мне и ярость, и любовь –
в борьбе на поражение.
Молюсь за силы, за покой,
молюсь за исцеление.

Угомонить бурлящий дух
и ад в душе унять
хочу. Когда и где найду
смирения печать?

Мне весть о смерти принесла
агонию страдания.
Хочу я вновь почувствовать
тепло его дыхания.

Из неизведанных глубин
шквал слёз меня сломил.
Я помню: крепко обнимал.
Я верю, что любил.

Я плёнку целый день кручу

в мозгу с его участием:
его улыбка, слёзы, смех,
игра – всё было счастьем.

Мой сын, мой сын, как ты посмел?
Каких искал ответов?
Но нет, не слушал, дорогой,
ты любящих советы.

Отец и я, стремились мы
спасти – и вот расплата.
Теперь лежишь ты, примирен,
как некий триумфатор.

Не знал ты, гордостью ведом
и вверх стремясь отчаянно:
без неудач нет полноты,
увы, существования.

Сказали: ты оставил дар,
в нём будет исцеление.
Но заблокирована мысль
твоим исчезновением.

Быть может, я найду тот дар,
наследие от сына.
Иль ты с собой его унёс
в душевную пучину?

Дар веры и надежды, коль
надеяться смогу, –
как воробышные следы
на выпавшем снегу.

Дар указующий: замри и вспять –
потоки слёзные.
Он соткан из гармонии
и музыки небесной.

Та музыка, что ты творил
и разделил так щедро,
возносит мой разбитый дух.
А ты лежишь, ты мёртвый.

Хоть музя светлая твоя
груз облегчала слёзный,
ты не ценил, не сознавал

той радости, что создал.

Стой заброшенный рояль –
и он лишился брата.
Он помнит все мелодии,
что ты играл когда-то.

Магнитофонных плёнок ряд,
твой голос с ними слит.
Твой музыкальный редкий дар
мой дух да укрепит.

В распотрошённые сердца
в агонии сцепления
вольётся музыка твоя,
неся успокоение.

Душа болит за матерей,
которым трудно, сложно.
О, как помочь их сыновьям,
пока ещё возможно?

Мы без «зачем» и «почему»
узнаем, как нам быть,
чтобы бессмысленных смертей
опять не допустить.

И если мука, если боль
покинут дух и тело –
молюсь я: Бог, восстанови
меня в былых пределах.

*Чидик Тишборн**

ЭЛЕГИЯ

Цвет юности – в морозные тиски.
Не радости, но боли полон взор.
Мой урожай – сплошные сорняки,
И тщетная надежда – мой укор.
Жизнь пронеслась без солнечного дня.
Вот я живу, а вот уж нет меня.
Люд слышал, что не изрекли уста.
Плод падает, но лист вполне зелен.
Еще не стар, но юность прожита.

Я видел мир – меня не видел он.
 Несвитой нить оборвана средь дня.
 Вот я живу, а вот уж нет меня.
 Искал я смерть, хоть поиск был нелеп.
 Я жизнь алкал, найдя в ней тень и сон.
 Шел по земле, а видел в ней мой склеп.
 И умираю я не сотворен.
 Испита чаша, полнотой дразня.
 Вот я живу, а вот уж нет меня.

*Это стихотворение написано в 1586 г. в Тауэре, где сидел Чидиок Тишборн, обвиненный в заговоре против английской королевы Елизаветы Второй. Он был приговорен к смерти и казнен.

Библиография и примечания

1. Термин survivors [выжившие] по отношению к близким людям погибшего, по-моему, очень точно передаёт реальность, так как сравнивает этих людей с теми, кто пережил землетрясение, наводнение, пожар или иную катастрофу. Американская ассоциация психиатров приравнивает людей, потерявших близких в результате самоубийства, к людям, пережившим катастрофу, и к тем, кто выжил в концентрационных лагерях. (Jeffrey Jackson. *SOS. A Handbook for Survivors of Suicide*. American Association of Suicidology, Washington, DC, 2003, p.1)

2. День Разрушения Храма, девятое ава, – трагический день в истории еврейского народа. В этот день сначала вавилонянами (586 г. до н. э.), а потом римлянами (70 г. н. э.) были разрушены Первый и Второй Иерусалимские храмы. В этот день не принято мыться и надо поститься.

3. Кадиш – заупокойная молитва по умершим родственникам, принятая в иудаизме.

4. World Health Organization 2009. Suicide Prevention (SUPRE), 2009, World Health Organization, Geneva, 27, Switzerland.
http://www.who.int/mental_health/prevention/suicide/suicideprevent/en/index.html

http://www.who.int/mental_health/prevention/suicide_rates/en/

5. «Самоубийство – одна из главных причин смертности в России». <http://www.nacbez.ru/ethnic/article.php?id=2541>

6. De Leo D., Evans R. *International Suicide Rates and Prevention Strategies*, Mabridge, MA, 2004, p. 31–32.

7. Suicide and Self-Inflicted Injury. Centers for Disease Control and Prevention, Atlanta, GA, 5/15/2009. Данные взяты из Интернета:
<http://www.cdc.gov/nchs/fastats/suicide.htm>

8. John L. McIntosh, Ph.D. U.S.A. *Suicide: 2006, Official Final Data, Suicide Data Page: 2006*. 2009, April 25. Данные из Интернета: American Association of Suicidology web site: www.suicidology.org

9. American Association of Suicidology. *Some Facts about Suicide and Depression*, June 23, 2009, p. 2. Данные взяты из Интернета:
www.gulfbend.org/images/clientid_199/suicideanddepression.pdf

10. Centers for Disease Control and Prevention. *Suicide. Facts At a Glance*. Summer 2007. Данные взяты из Интернета: www.cdc.gov/injury

11. Granello, Darcy Haag, and Paul F. Granello. *Suicide: An Essential Guide for Helping Professionals and Educators*. Boston: Pearson Education Inc., 2007.
12. Kary Redfield Jamison. *Night Falls Fast*. New York: Alfred A. Knopf, 1999, p. 169.
13. American Association of Suicidology. *Some Facts about Suicide and Depression*, June 23, 2009, p. 2. Данные взяты из Интернета: www.gulfbend.org/images/clientid_199/suicideanddepression.pdf
14. Edwin S. Shneidman. *Suicidal Mind*. New York: Oxford University Press, 1996.
15. Henry A. Murray. *Exploration in Personality*. New York: Oxford University Press, 1938.
16. *International Suicide Rates*, p. 92.
17. *Night Falls Fast*, p. 100.
18. *Some Facts about Suicide and Depression*. American Association of Suicidology, June 23, 2009, p. 2. http://www.suicidology.org/c/document_library/get_file?folderId=232&name=DLFE-157.pdf
19. *In memory of Philip Ganote (March 8, 1968– August 16, 1994)*. The compassionate Friends, Marin County and San Francisco, California Chapter. Summer 2001, p.1.
20. *Depression: A treatable Illness. (Fact Sheet)*. National Institute of Mental Health. July 13, 2009. <http://www.nimh.nih.gov/health/publications/depression-a-treatable-illness-fact-sheet/index.shtml>
21. William Styron. *Darkness Visible. A Memoir of Madness*. New York: Vintage Books, 1990, pp. 37–39.
22. *Depression in men*. National Institute of Mental Health, 2012. <http://www.nimh.nih.gov/health/topics/depression/men-and-depression/depression-in-men.shtml>
23. *Depression in Women*. Mental Health America, 2012. <http://www.nmha.org/index.cfm?objectid=C7DF952E-1372-4D20-C8A3DDCD5459D07B>
24. American Psychiatric Association. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder*, DSM-IV. 4th Ed., 2000, p. 372.
25. «Scientists, Linking Gene with Serotonin and Depression, Offer Insights to New Treatment». *Science Daily*, January 7, 2006. Современная статья в интернете: <http://www.livescience.com/10384-controversial-gene-depression-link-confirmed-study.html>
26. Kinnaman, Gay, MD, and Richard Jacobs. *Seeing in the Dark.*, Bloomington, MN: Bethany House Publishers, 2006, p.19.
27. Claduia J. Strauss, *Talking to Depression: Simple Ways to Connect When Someone in Your Life is Depressed*. New York: New American Library, 2004, p.19.
28. *Talking to Depression*, p. 34.
29. William Styron. *Darkness visible*, p.5.
30. *Darkness visible*, p. 17.
31. *Darkness visible*, p. 47.
32. *Darkness visible*, p. 50.
33. Jeffrey Jackson. *SOS. A Handbook for Survivors of Suicide*, American Association of Suicidology: Washington, p. 10.
34. William Styron. *Darkness visible*, p. 57.
35. K. R. Jamison. *Night Falls Fast*, New York: Alfred A. Knopf, 1999, p. 104.
36. *Night Falls Fast*, pp. 84–85.
37. *Night Falls Fast*, p. 84.
38. *Night Falls Fast*, pp. 92–94.
39. *Night Falls Fast*, p. 88.
40. Beverly Cobain and Larch, Jean. *Dying to Be Free. A Healing Guide for Families after a*

- Suicide.* Center City, MN: Hazelden Foundation, 2006, pp. 22–23.
41. *Night Falls Fast*, p. 152.
 42. Cladua J. Strauss, *Talking to Depression*, p. 38.
 43. Cladua J. Strauss, *Talking to Depression*, p. 39.
 44. Cladua J. Strauss, *Talking to Depression*, pp. 70–71.
 45. *In memory of Philip Ganote*. p.1.
 46. *Night Falls Fast*, p. 109.
 47. *Night Falls Fast*, p. 110.
 48. *Night Falls Fast*, pp. 180–181.
 49. *International Suicide Rates*, p. 93.
50. National Institute of Mental Health. April 2, 2009.
<http://www.nimh.nih.gov/publicat/schizophs.cfm#symptoms>
51. Paricia Backlar. *The Family Face of Schizophrenia: Counseling from America's Leading Experts*. New York: Putnam, 1994, p. 220.
 52. William Hudenko, Ph.D. *PSTD and Suicide. National Center for Post Traumatic Stress Disorder. Fact Sheet*. http://ncptsd.va.gov/ncmain/ncdocs/fact_sheets/fs_suicide.html
 53. *Night Falls Fast*, p. 128.
 54. *Night Falls Fast*, p. 128.
 55. Thomas Joiner. *Why People Die by Suicide*. Cambridge, MA: Harvard University Press, 2005.
 56. *Why People Die by Suicide*, pp. 106–107.
 57. Dinesh Sethi, Francesca Racioppi, Inge Baumgarten and Patricia Vida. *Injuries amp; Violence in Europe: why they matter and what can be done*. Copenhagen, Denmark: World Health Organization, 2006.
 58. *Why people die by suicide*, p. 64.
 59. Couderou, J.-P., Monier, C., Bouure, J.-M. amp; Frances, H. (1997). *Effect of isolation on pain threshold and on different effects of morphine*. Progress in Neuro-Psychopharmacology amp; Biological Psychiatry, 21, 997–1018. Цитировано по книге *Why People Die by Suicide*, p. 137.
 60. Orbach, I., Palgi, Y., Stein, D. amp; Har-Even, D. *Tolerance for phisical pain suicidal subjects*. Death Studies, 20, 327–341; *Orbach, I. Stein, D., Palgi, Y., Asherov, J., Har-Even, D. amp; Elizur. A. Perception of physical pain in accident and suicide attempt patients: Sefl-Preservation vs. self-destruction*. Journal of Psychiatric Research, 30, 307–320. Цитировано по книге *Why People Die by Suicide*, p. 76.
 61. *Night Falls Fast*, p. 170.
 62. *Why people die by suicide*, p.176–177.
 63. *Why people die by suicide*, p.174–175.
 64. Jol Gordon, Ph.D. *If You or Someone You Know is Suicidal*, New York, NY: URG Press, 2004, p.70.
 65. Чхартишвили, Г. *Писатель и самоубийство*. М.: Новое литературное обозрение, 1999, с. 62.
 66. *Писатель и самоубийство*, с. 66–67.
 67. Элизабет Кюблер-Росс. О смерти и умирании. *Перевод с англ*. Киев: София, 2001.
 68. Joel Rotschild, June 2005. Foreward to the book *Dying to Be Free. A Healing Guide for Families after a Suicide*. By Beverly Cobain and Jean Larch, Hazelden Center City, Minnesota: Hazelden Foundation, 2006, p. XVI.
 69. Paula D'Arcy. *When People Grieve: Guidance for Grievers and the Friends Who Care*. New York: The Crossroad Publishing Company, 2005, pp. 44–45.

70. H.L. P. Resnik. «*Psychological resynthesis: A clinical approach to the survivors of a death by suicide*». In the book *Survivors of Suicide*. Edited by Albert C. Cain, Ph. D. Springfield, Ill: Charles C. Thomas Publisher, 1972, pp. 169–170
71. *Dying to be Free*, p. 44.
72. Jeffry Jackson. SOS. A Handbook for Survivors of Suicide, Washington, DC, 2003, American Association of Suicidology, p. 14.
73. Edwin Shneidman. *Voice of Death*. New York: Kodansha International, 1995.
74. *SOS. A Handbook for Survivors of Suicide*, p. 14.
75. Лидия Чуковская. *Предсмертие*. Из книги: Процесс исключения. М.: ЭКСМО, 2007, с. 211.
76. *Dying to Be Free*, pp. 43–44.
77. *When People Grieve: Guidance for Grievers and the Friends Who Care*, p. 48.
78. Iris Bolton. *My son... My Son... A Guide to Healing After Death, Loss, or Suicide*. Bolton Press Atlanta, GA, 2001, pp. 89–90.
79. Joyce Andrews. *Suicide: How Do We Say It?* TCF/Sugar Land, Texas, 1999. The Compassionate Friends, Special Newsletter on Suicide, Marion County and Sand Francisco, California Chapter, Summer 2001, p. 2.
80. Jane Machado, TCF/Tulane, CA. *The Compassionate Friends. Sibling Special Edition*. Oak Brook, IL, 2004, p. 5.
81. Elizabeth DeVita-Raeburn. *The Empty Room. Surviving the Loss of a Brother or Sister at Any Age*. New York: Scribner, 2004, p. 5.
82. *My Son... My Son... A Guide to Healing after Death, Loss, or Suicide*, p. 109.
83. *SOS. A Handbook for Survivors of Suicide*, p. 25.
84. June Cerza Kolf. *How Can I Help? How to Support Someone Who is Grieving*. Tucson, Az.: Fisher books, 1999, pp. 11–12.
85. Trudy Carlson. *Suicide Survivors' Handbook. A Guide for the Bereaved and Those Who Wish to Help Them*. MN: Benline Press, 2000, p. 133.
86. *My Son... My Son... A guide to Healing After Death, Loss, or Suicide*, p. 111.
87. Amy Hillyard Jensen. *The Compassionate Friend. Suggestions for the Friends and Relatives of the Grieving Survivor*, 1980, pp. 1–2.
88. Victoria Frigo, Diane Fisher amp; Maru Lou Cook. *You Can Help Someone Who's Grieving*. New York: Penguin Books, 1996, pp. 32, 50, 90.
89. *My Son... My Son... A Guide to Healing After Death, Loss, or Suicide*, p. 91–92.
90. *Suicide Survivors' Handbook. A Guide for the Bereaved and Those Who Wish to Help Them*, p. 36.
91. *Suicide Survivors' Handbook. A Guide for the Bereaved and Those Who Wish to Help Them*, p. 37–38.
92. Brook Noel and Pamela D. Blair, Ph.D. *I wasn't Ready to Say Goodbye. Surviving, Coping and Healing After the Sudden Death of a Loved One*. Vancouver, Washington: Champion Press, Ltd., 2000, pp. 212–219.
93. *My Son... My Son... A Guide to Healing After Death, Loss, or Suicide*, p. 94.
94. Judy Collins. *The Seven T's. Finding Hope and Healing in the Wake of Tragedy*. New York: Jeremy P. Tarcher/Penguin, 2007, pp. XXII–XXIII.
95. Norman Vincent Peale. *When Someone Takes His Own Life*. From the *Compassionate Friends*, Marion County and San Francisco California Chapters, Summer 2001, p. 7.
96. Harold S. Kushner. *When Bad Things Happen to Good People*. New York: Shocken Books, 2001, p. 182.

97. *When Bad Things Happen to Good People*, p. 196.

98. *When Bad Things Happen to Good People*, p. 197.

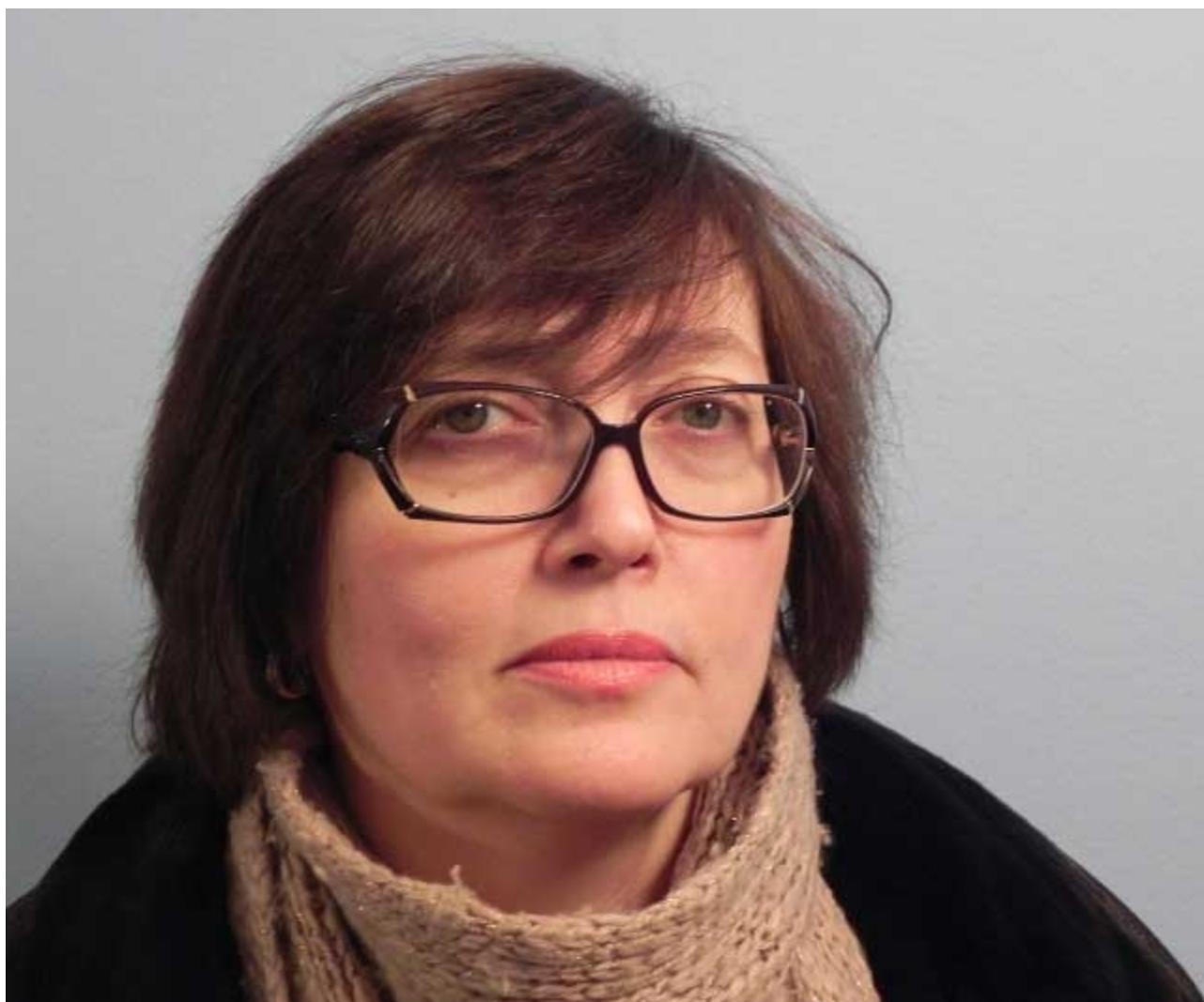
Автор выражает благодарность Лауре Вольфсон, Вере Зубаревой, Елене Литинской, Лидии Разран Стоун, а также родителям и членам своей семьи, оказавшим бесценную помощь и поддержку в написании этой книги.

Об авторе

Лиана Алавердова – автор поэтических и прозаических публикаций и переводов, опубликованных в Азербайджане, России и США, включая сборники стихов «Рифмы», «Эмигрантская тетрадь», «Из Баку в Бруклин/From Baku to Brooklyn» (на русском и английском) и «Самоубийство: до и после. Для тех, кто переживает утрату». Ее стихи неоднократно звучали на русском радио и телевидении Америки.

Лиана ведет рубрику в газете «7 дней» (Чикаго, США).

Л. Алавердова живет в Нью-Йорке и работает библиотекарем в Бруклинской публичной библиотеке.





Данная электронная книга издана Мультимедийным издательством Стрельбицкого (ИД «Авалон-Альфа»), г.Киев, Украина совместно с Издательством Insignificant Books, Chicago, Illinois, USA

Свои замечания и предложения направляйте по e-mail:
audio-book@ukr.net, printbookru@gmail.com

Эта электронная книга охраняется авторским правом.

**Все права на данную электронную книгу принадлежат Издательству Insignificant Books, Chicago, Illinois, USA и Мультимедийному издательству Стрельбицкого
(C) 2013-2014**

Никакая часть данной публикации не может быть воспроизведена или распространена в любой форме и/или любым способом без предварительного письменного согласия Издателей.

Любые попытки нарушения закона будут преследоваться в судебном порядке.

*Редактор – Ольга Новикова.
Обложка – Андрей Рабодзеенко.*