

A man in a blue vest and white shirt is sitting at a wooden desk in a library, writing in a book. The desk is cluttered with papers, a lamp, and a potted plant. The library has tall wooden bookshelves filled with books. A large, ornate window with a view of a forested valley is in the background.

Между строк диагноза. Поэма

Виктор Теневой

18+

Виктор Теневой

Между строк диагноза. Поэма

«Автор»

2025

Теновой В.

Между строк диагноза. Поэма / В. Теновой — «Автор», 2025

Это глубоко личное и профессиональное размышление психиатра о своей жизни, работе и внутренних демонах. Автор делится воспоминаниями о детстве, наполненном книгами и воображаемыми друзьями, которые стали его спасением от суровой реальности. Он рассказывает о выборе профессии, сложностях работы с пациентами, борьбе с невротами и пограничными расстройствами, а также о своих сомнениях и победах. Книга пронизана стихами, размышлениями о времени, месте и смысле жизни, а также критическим взглядом на современную психиатрию. Это искренний монолог человека, который ищет гармонию в себе и мире.

© Теновой В., 2025

© Автор, 2025

Виктор Теневой

Между строк диагноза. Поэма

ПРЕДИСЛОВИЕ

Тишина.

Только часы на стене отстукивают секунды, будто перебирают позвонки невидимого существа. Я закрываю глаза – и вот он, тот самый коридор. Детский, длинный, с отслаивающимися обоями. В конце – дверь в спальню, за которой прячется монстр. Но у меня есть меч.

Нет, не меч – книга.

"Одиссея капитана Блада". Потрёпанный томик, пахнувший типографской краской и чьими-то слезами. Когда я открываю его, корабельные снасти скрипят у меня в ушах, а солёные брызги океана щиплют щёки.

Я больше не жертва.

Я – капитан.

ГЛАВА №0

БИБЛИОТЕКА СПАСЕНИЯ

Полки.

Десятки глазков корешков следят за мной в полумраке. Каждый – портал в другой мир. Возьми меня, шепчет "Последний из могикан". Я научу тебя молчать так, чтобы тебя боялись. Нет, меня! – перебивает "Граф Монте-Кристо". Я покажу, как превратить боль в месть. Но я тянусь к "Трём мушкетёрам", потому что они обещают дружбу. Бумажные друзья не предают. Они не смеются, когда ты заикаешься у доски. Не отворачиваются, узнав, кто твой отец...

Но тут страница шевельнулась у меня в руках,

"Не обманывайся, предупреждает Д'Артаньян. Мы всего лишь чернильные тени, твои настоящие демоны там..."

Я оборачиваюсь. В дверном проёме стоит он, отец, нет доктор... ГЛАВА №1

КАБИНЕТ

На что жалуетесь?

Лампочка над головой мерцает, как плохой контакт в моём мозгу. Бессонница, – говорю я.

А на самом деле?

Кабинет превращается в болото. Из щелей выползают слова, которые я никогда не произносил вслух: "Мне страшно, что я – ненастоящий. Что все эти годы лечил других, сам оставаясь тем мальчиком из коридора. Что мои дипломы – просто красивые заклинания против тьмы..." Доктор поправляет очки. В его глазах – то самое понимание, которого я так боюсь. "Вы читали Гофмана? – вдруг спрашиваю я. – Там есть момент, когда кукла оказывается живее человека..."

ГЛАВА №2

РЕЦЕПТ

Полночь.

На столе передо мной три предмета:

Первый – Рецепт на клоназепам.

Второй – Фотография 8-летнего меня с "Островом сокровищ". Третий – Чистый лист.

Ручка скрипит:

Диагноз:

F20 – Шизофрения?

F41 – Тревога?

Или просто...

Z13.8 – Книжная зависимость?" Я зачёркиваю всё.

Пишу:

Лечение:

1 доза Д'Артаньяна перед сном

2 капли капитана Блада при панических атаках

В тяжёлых случаях – экстренное перечитывание "Последнего из могикиан". За окном воеет сирена скорой медицинской помощи.

Где-то прямо сейчас другой мальчик прячется в шкафу с фонариком и книгой.

Я должен ему написать!

ГЛАВА №3

БИБЛИОТЕКА СПАСЕНИЯ

(исповедь книжного ребенка)

Вы знаете, каково это – бояться собственного дома? Не темноты под кроватью, не скрипа половиц, а молчаливого ужина на кухне, где вилки стучат по тарелкам, как по костям. Меня спасали книги.

Не просто спасали, они усыновляли меня.

Капитан Блад становился отцом, когда мой собственный напивался. Чингачгук учил молчаливому достоинству, пока одноклассники тыкали пальцами в мои стоптанные ботинки.

Д'Артаньян шептал на ухо: Позор – это когда ты не защищаешь друзей, и я впервые дал сдачи.

Я рос с параллельной семьёй:

Мать – Жюли из "Десяти лет спустя" с её тёплыми руками. Брат – Гай Монтег из "451° по Фаренгейту". Психотерапевт – доктор Рулан из "Клубка змей" А потом я стал психиатром. Смешно, правда?

Теперь я сижу по ту сторону стола. Слушаю, как 40-летняя женщина рассказывает про панические атаки в метро и вижу, как её пальцы бессознательно складываются в жест, которым Элизабет Беннет перелистывала страницы.

Вы читали в детстве "Гордость и предубеждение"? – спрашиваю. Она замирает: Откуда вы...

– Там есть момент, – перебиваю, хотя так делать нельзя, – где Элизабет говорит: Мне нужен воздух. Вы сейчас так же задыхаетесь.

Мы лечимся цитатами.

Мои рецепты выглядят так:

1). "Старик и море" – 20 стр. на ночь при чувстве поражения 2). "Маленький принц" – 1 глава утром против одиночества 3). "Над пропастью во ржи" – экстренно при приступе ненависти к миру. Иногда это работает лучше флуоксетина или золофта. Но вот проблема, я до сих пор тот мальчик из коридора. Когда ко мне приходит подросток с порезами на руках, я вижу себя. И вместо вопросов из учебника психиатрии, хочу спросить: Какую книгу ты прячешь под подушкой? Потому что знаю: Тот, кто читал "Повелителя мух", режет себя от стыда. Фанат "На Западном фронте без перемен" молчит о войне дома. Девушка с зачитанным "Джейн Эйр" терпит абьюз, пока не найдёт своего Рочестера. Мы все – заложники своих спасительных историй.

Последний случай: мужчина 45 лет, депрессия. В кармане – закладка от "Моби Дика". Вы знаете, почему Ахав не мог остановиться? – спрашиваю. Он поднимает глаза: Потому что без кита его жизнь теряла смысл?

Нет, говорю. Потому что никто не дал ему другой книги. Завтра принесу ему "Одиссею" или «Властелин колец», лучше последнее, наверное, потому что я сам большой фанат, этой

книги, читал три раза и всегда с подлинным интересом. Может быть, мы все просто не там ищем спасения.

Вместо таблеток – нужен правильный текст в нужное время. Как вам такая диагностика и лечение?

ГЛАВА №4

ВРЕМЯ

Песочные часы в моей комнате – не просто сосуд для измерения времени, а точная копия Вселенной в миниатюре. Их стеклянные сферы напоминают миры Тленна, где каждое зерно песка – это зашифрованное «ahoga», "antes" или "después". Я наблюдаю, как одна песчинка – та, что помнит мое первое падение с велосипеда – застревает в узком горлышке, словно пытаюсь изменить ход событий. На кухне:

Кот, существо, несомненно, из рассказов Китано, играет с рассыпанными мгновениями. Жена зажигает свет

– и песочные часы превращаются в обычный предмет, каким их видят те, кто не читал "El libro de arena". "¿Otra vez conversas con el tiempo?" – спрашивает она, стирая пыль с моих очков, тех самых, что когда-то принадлежали слепому библиотекарю. Я молчу. В горле застревает не песчинка, а целая непрочитанная глава из ненаписанной книги. Post scriptum:

Календарь на стене показывает *el día de la muerte de Borges*. Я не поправляю – возможно, именно сегодня он ошибся.

ГЛАВА №5

ПОРТРЕТ В ИНТЕРЬЕРЕ ПЯТИДЕСЯТИДВУХ

1). Маркеры -

Возраст: 52 (хронологический) / 25 (по ощущениям при игре в "Гарри Поттера" с детьми). Профессия: переводчик с языка безумия на наречие надежды. Статус: алкоголик в ремиссии, иногда бывают срывы, сегодняшняя доза – запах кофе из кружки "Лучшему папе".

Анамнез morbi он же vita: Мальчик, получивший по лицу. Мужчина, научившийся целовать ладонь вместо удара.

Композиция

а) Семейный триптих

Жена: живое доказательство теоремы о том, что любовь сильнее психиатрии. Дети: три зеркала, в которых я то вижу своего отца, то узнаю себя в 10 лет, то пугаюсь собственных черт.

Кот: единственный, кому можно признаться в страхе смерти без риска вызвать скорую медицинскую помощь.

б) Галерея друзей

Мурад: специалист по вытаскиванию меня из философских тупиков и самый лучший друг Лёша: ходячая энциклопедия и лучший собеседник для просмотра звёзд Паша: мастер молчаливой поддержки и не только

Игорь: живой антидепрессант в человеческом обличье Их голоса звучат во мне хором, когда тревога шепчет: Ты один. Лечебные процедуры

а) YouTube-детокс

Показание: когда дочь цитирует блогера-примитива. Дозировка: 1 час БГв наушниках + 20 минут дискуссии о том, почему Довлатов – это круто б) Терапия отцовством

Феномен: при виде детей мои морщины разглаживаются, а внутренний критик засыпает. Побочный эффект: внезапные слёзы во время школьных утренников. в) Экстренная помощь -

Когда накачивает:

Открываю фото, где жена спит с кошкой на груди.

Перечитываю смс от Мурада: Приходи в гости, философствовать будем после. Включаю голосовую почту сына: Пап, а, правда, что ты раньше был пиратом? Рентгенограмма души

Затемнения: Страх повторить отцовские ошибки, но дети смеются громче, чем плакал я в их возрасте. Тень "демона", который теперь больше похож на уставшего клоуна. Просветления: Место, где хранится первое стихотворение жене. Шрам от разбитой бутылки, превратившийся в карту спасения. Рецепт на сегодня -

Принимать:

3 объятия перед завтраком

1 признание в слабости, допускается другу.

5 минут наблюдения за тем, как сын смотрит анимэ или собирает что-нибудь из лего.

Противопоказания:

Одиночество.

Мысли об "идеальном отце".

Просмотр детских фото после полуночи.

Итак – мне 52.

Я – коллекция из:

7% страха,

15% профессиональных тайн и не только,

23% стихов, которые стыдно показать,

55% света, который льётся из глаз моей жены, когда она говорит: "Всё будет хорошо". И это единственная математика, в которой я уверен. Автопортрет в пятидесяти двух оттенках.

Пятьдесят два. Возраст, когда зеркало начинает врать с благими намерениями – добавляет света там, где уже поселились тени, смягчает уголки губ, затянутые в узлы тревог. Я прикасаюсь к отражению, и стекло холодеет под пальцами, как крышка рояля в пустом концертном зале.

Я врач-психиатр.

Мой кабинет пахнет старыми книгами (я так думаю) и свежим страхом. Здесь люди распаковывают себя, как подарки, забытые на чердаке. Одни с восторгом, другие с ужасом. Сегодня ко мне пришла женщина, которая боится собственных рук. Они живут отдельно, шепчет она, и я понимаю её лучше, чем хотелось бы. Я – муж.

Моя жена спит, завернувшись в одеяло, как в детское письмо. Её ресницы отбрасывают тени на щёки – точь-в-точь как в тот вечер, когда она сказала: Ты пахнешь бурей и лекарствами. Я научился целовать её плечо, не просыпаясь, это единственное, в чём я точен. Я – отец.

Трое детей. Три вселенных.

Старший – студент, рисует драконов на полях тетрадей. Его злость прекрасна, как лесной пожар. Средний собирает события в коробочку, как бабочек, сегодня принес "обман" и "театр". Младший верит, что я был пиратом и я не разубеждаю его. Я – зависимый человек.

Ремиссия – это когда ты перестаёшь считать дни и начинаешь считать звёзды в глазах жены, когда она смеётся. Но иногда, проходя мимо винного отдела, я ловлю себя на том, что читаю этикетки, как любовные письма, простите за эту пошлость. Я – мальчик.

Тот самый, с разбитой губой и "Остров сокровищ" под подушкой. Он до сих пор прячется в уголке сознания, когда пациенты кричат. Я кормлю его «шоколадом» и обещаю, что однажды мы спасём всех.

Мой кабинет.

На столе – три предмета:

1. Фотография детей на фоне моря, они смеются, я нет. На самом деле нет никакой фотографии...

2. Стихи, написанные на рецептурном бланке, есть, но не мои. 3. Песочные часы – подарок коллеги с надписью – "Не торопись". Пациентка спрашивает:

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.