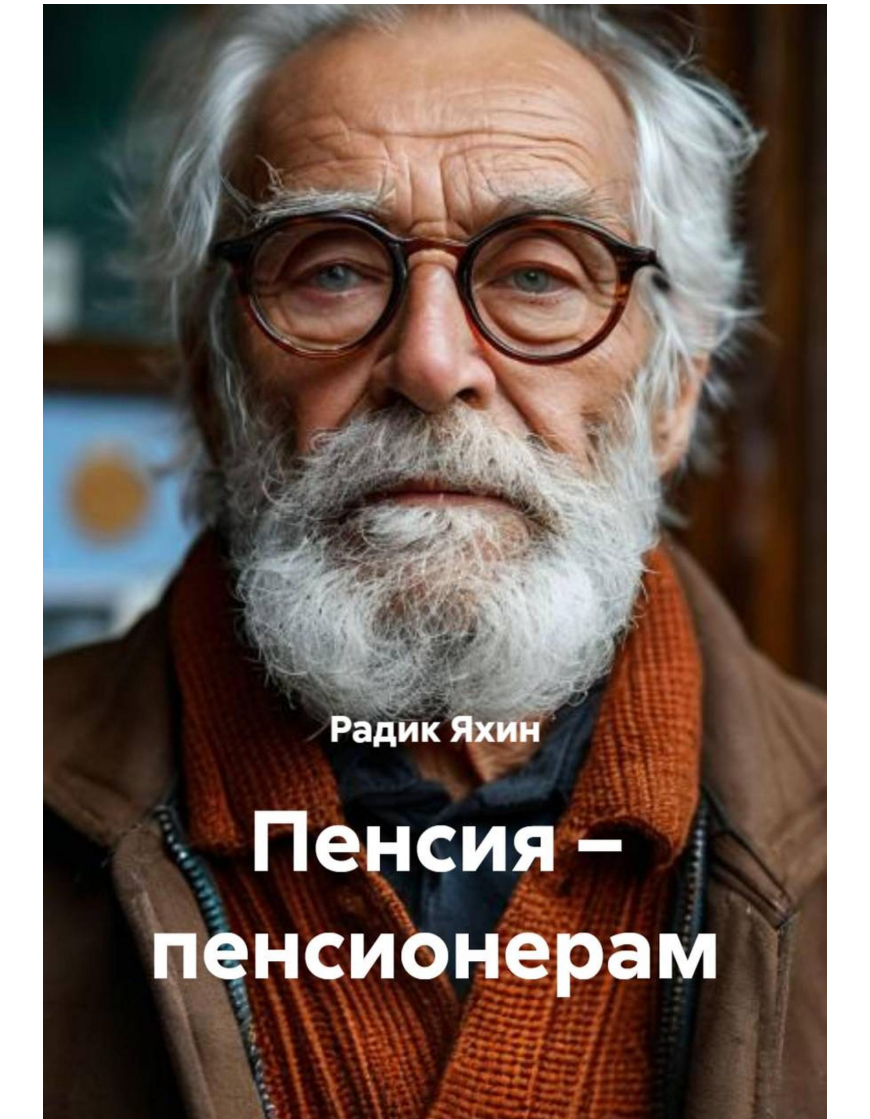


A close-up portrait of an elderly man with white hair, a full white beard, and round glasses. He is wearing a brown jacket and an orange scarf. The background is blurred, showing some indistinct shapes and colors.

Радик Яхин

**Пенсия –
пенсионерам**

Радик Сайфетдинович Яхин

Пенсия – пенсионерам

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=73181398

SelfPub; 2026

Аннотация

Что вы увидите, если остановитесь и взглянете на свою жизнь как на развёрнутую колоду карт?

Герой этой книги делает именно это – в семьдесят. Он сидит в старом кресле, наливает кофе, смотрит в окно и понимает: финишная прямая не сияет золотом, как в кино. Она серая, реальная, полная осколков былых убеждений.

Это книга о том, как принять свою историю – без прикрас, без оправданий, – и найти в ней тихую, настоящую правду.

Радик Яхин

Пенсия – пенсионерам

ПРОЛОГ

Мне стукнуло семьдесят. Цифра, которая ещё вчера казалась немыслимой, отдалённой, почти что мифической. Теперь она здесь, на моём паспорте, в медицинской карте, в лёгкой дрожи пальцев, когда наливаю утренний кофе. Я сижу в своём кресле, том самом, купленном ещё в девяностые, которое помнит и радость, и горе, и просто долгие вечера в тишине. Оно приняло форму моего тела. Я смотрю в окно, но вижу не первый снег на асфальте, а всю свою жизнь, разложенную, как карты на столе после долгой игры. И понимаю, что игра подходит к концу. Финишная прямая. Она не сияет золотом заката, как в кино. Она серая, размытая, усыпанная осколками иллюзий, в которые я так свято верил. Я думал, к семидесяти я буду мудрым патриархом, окружённым благодарными детьми и внуками, с твёрдой пенсией и спокойной душой. Ха. Мудрость, как оказалось, приходит не с годами, а с осознанием, как глубоко и искренне ты заблуждался. Дети? Они живут своей жизнью, звонят редко, пишут коротко. Они любят, да. Но любовь – это не спасательный круг от одиночества. Здоровье? Оно не болит, оно тихо утекает, как песок сквозь пальцы. Каждое утро – это ма-

ленькая инвентаризация: что ещё работает, что скрипит, что ноет. Государство? Оно давно превратилось в абстрактного монстра из телевизионных новостей, который периодически присылает квитанции и смехотворные суммы на карту. Старость не пришла неожиданно. Она подкрадывалась годами, а сейчас нанесла удар по самому уязвимому – по надежде. По той самой детской вере, что всё как-нибудь само устроится. Не устроилось. И тогда, в этой тишине, я начал делать выводы. Горькие, жёсткие, без прикрас. Но именно они, эти выводы, стали моим спасательным плотом. Они – моя новая правда. И я решил её записать. Не для нотаций, не для жалоб. А для того, чтобы пройти эту финишную прямую с открытыми глазами, не спотыкаясь о старые иллюзии. Это мои правила. Правила выживания на берегу, куда меня выбросила река времени.

ЧАСТЬ ПЕРВАЯ: РАЗБИТЫЕ ОПОРЫ

День рождения отметили в прошлое воскресенье. Дочь приехала на два часа, привезла дорогой торт, который я уже не могу есть из-за сахара, и умный браслет, отслеживающий пульс и сон. «Чтобы ты был в тренде, пап», – сказала она, целуя меня в щёку. Её запах, духи, которые я не узнаю, машина у подъезда, в которой она постоянно смотрит в телефон. Внук, пятнадцатилетний, весь в наушниках, кивнул мне из прихожей. Они были как инопланетяне, доброжелательные,

но торопящиеся вернуться в свою реальность. Мы выпили чаю, они спросили про давление, я спросил про её работу. Разговор был похож на переключку: «Всё нормально? – Нормально. – А у тебя? – Тоже нормально». И всё. Потом звонок, суета, обещание приехать на выходных. Дверь закрылась. Я остался один с огромным тортом, тикающим браслетом на руке и гулкой тишиной, которая стала только громче после их ухода. Это не их вина. Они не плохие. Они – нормальные. У них своя жизнь, свой бег по кругу: ипотека, проекты, уроки сына, стоматолог, фитнес, ссоры и примирения. Я в этот круг уже не вписываюсь. Я стал точкой на периферии их карты, которую навещают по праздникам и в случае ЧП. И я это понимаю. Но понимание не греет. Оно констатирует факт: дети не спасают от одиночества. Мы годами строили эту иллюзию, как крепость. «Вот вырастут, вот будут рядом, вот будет на кого опереться». Красивая сказка. А на деле выходит, что опереться можно только на самого себя. Потому что их спина занята их же ношами. Моя дочь любит меня, я в этом не сомневаюсь. Но её любовь – это далёкая звезда. Светит, но не греет. Звонок раз в неделю – это не связь, это ритуал, отчёт. «Привет, пап, всё хорошо? У нас всё ок. Целую». И я сижу, сжимая телефон, и вроде рад, что голос живой, что не случилось ничего плохого. Но после разговора пустота не исчезает. Она, как вода, заполняет все щели. Я понял это слишком поздно. Дети – это огромная радость, боль, тревога, счастье. Они – часть твоей души, вынесенная наружу.

Но они не костыли. Не страховой полис на старость. На них нельзя положиться в самом примитивном, бытовом смысле. Они придут, если ты сломаешь ногу. Но они не смогут прийти каждый день, чтобы просто побыть рядом, потому что тебе одиноко. У них нет на это времени, сил, да и просто понимания. Они ещё не там, где я. Их старость – это абстракция. И требовать от них этого – значит ломать и их, и себя. Значит первой опорой, которая рухнула, оказалась вера в семью как в вечный тыл. Вторая опора – здоровье. Оно всегда было чем-то само собой разумеющимся. Как воздух. Ты дышишь и не замечаешь. А потом начинаешь замечать. Сначала незаметно: отдышка, когда поднимаешься на третий этаж, хотя раньше взлетал. Потом чётче: спина ноет после часа работы в саду. Потом уже системно: таблетки от давления, от суставов, от желудка. Утром ты не просыпаешься, ты приходишь в себя. Первые минуты – это сканирование организма: где колит, где тянет, где тупая фоновая боль. Здоровье перестаёт быть фоном. Оно выходит на передний план, становится главным действующим лицом, диктующим правила. Ты уже не хочешь поехать в горы, даже если есть деньги. Ты думаешь: «А справлюсь ли? А как будет сердце? А туалеты там?» Ты отменяешь поездки не потому, что нет средств, а потому, что нет сил. И это горько. Горше всего – осознание, что процесс необратим. Можно подкорректировать, замедлить, но нельзя повернуть вспять. Тело стареет. Оно изнашивается. И это нормально. Ненормально – то, как мы, дураки, от-

носились к нему в молодости. Травили табаком, алкоголем, недосыпом, стрессом. Думали, ресурс бесконечен. Он оказался очень даже конечным. И вот теперь платим по векселям. Третья опора – государство, социум. Я честно работал всю жизнь. Платил налоги, верил в светлое будущее, в заботу о пенсионерах. Смешно. Пенсия – это не жизнь, это форма существования на грани выживания. Хватает на квартиру, на самые необходимые лекарства, на еду без изысков. Всё. На путешествия, на хобби, на помощь детям, на маленькие радости – нет. Государство дало ровно столько, чтобы ты не умер на улице и не бузил. А дальше – выкручивайся. Мои ровесники, кто не успел или не смог скопить, живут в ужасающей бедности. Они выбирают между мясом и новой пачкой таблеток. Они боятся включить обогреватель зимой. Это не старость, это унижение. И я понял: рассчитывать на кого-то – глупо. Рассчитывать можно только на себя. На свои накопления, на свой ум, на свою способность адаптироваться. Когда рухнули эти три кита, на которых, как мне казалось, держится старость, наступила паника. А потом – холодное, ясное спокойствие. Если старые опоры сгнили, нужно искать новые. Более прочные, может быть, менее красивые, но честные. Так родились мои правила. Не философские трактаты, а инструкция по выживанию. Жёсткая, без сантиментов.

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.