



ВИТАЛИЙ МАКАРОВ

РЕХАБ
ПОТЕРЯННЫХ
ДУШ

Виталий Макаров

Рехаб потерянных душ

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=73385298

ISBN 9785006922433

Аннотация

«Рехаб потерянных душ» – роман-погружение в роскошный отель-лабораторию, где исцеление оборачивается психологическим насилием. Здесь каждое дерево посажено для успокоения, а взгляд сотрудника – часть терапевтического сценария. Здесь боль выдают за очищение, контроль – за заботу, а насилие – за путь к спасению. Героям предстоит выбор: бежать, навсегда оставив часть себя в этом идеальном аду, или остаться – рискуя разумом ради призрачного покоя. Готовы ли вы сделать этот выбор вслед за ними?

Содержание

Глава 1. Южное утро	5
Глава 2. Такси с вопросом	8
Глава 3. «Эхо спокойствия»	12
Глава 4. Скульптура, которая слушает ветер	22
Глава 5. Порочный круг перепроверки	24
Глава 6. «Тарелка осознанности»	28
Глава 7. Исповедь перед рисом с глиной	33
Конец ознакомительного фрагмента.	39

Рехаб потерянных душ

Виталий Макаров

© Виталий Макаров, 2026

ISBN 978-5-0069-2243-3

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Глава 1. Южное утро

С легким скрежетом тормозов поезд замер на залитой солнцем платформе. Дверь вагона распахнулась, и нас вынесло наружу – из прохладной, пропитанной ночными странностями коробки в объятия южного утра.

Воздух пах морем и соснами – простым узнаваемым запахом, который будто обещал, что все впереди будет легче. Наверное, слишком обещал.

Оля закрыла глаза и глубоко вдохнула.

– Любимый, какой тут воздух... – прошептала она и улыбнулась так чисто, что на секунду стало неловко разрушать ее восторг собственными сомнениями.

Я вдохнул вслед за ней. Свежесть действительно была приятной, но под этим утренним светом я ощутил что-то еще – странную, тонкую дрожь, будто место слишком старательно стремилось казаться идеальным.

– Да, – сказал я, пытаюсь уловить спокойствие, которое она чувствовала так легко.

– Как хорошо, что у нас мало вещей, – подхватила Оля, перекинув на плечо яркую сумку. Она легко двинулась вперед, оглядываясь на меня сияющими глазами.

Я пошел следом, наблюдая, как ее фигура растворяется в потоке людей, стремящихся к отдыху. И вдруг подумал: иногда мы действительно пытаемся догнать друг дру-

га – в ритмах, желаниях, ожиданиях. Мы с Олей начали отношения будучи почти незнакомыми и сразу стали достраивать друг в друге идеальные образы. Признаюсь, делаем это до сих пор.

Каждая пара сталкивается с этими трещинками – различиями, требующими работы и честности. Сложности начинаются, когда один превращает другого в заплатку для собственных дыр. Если мое «я» растворяется в навязанной роли – это не союз, а объективация. И главный вопрос не «что я получаю?», а «какую пустоту пытаюсь заполнить?»

Тревога мягко кольнула под ребрами – не больно, но отчетливо, как напоминание о чем-то незавершенном между нами.

Резкий гудок багажного тягача выдернул меня из мыслей. Толпа густела: чемоданы, шаги, запах нагретого металла. После купейной тишины все это давило на виски, рождая легкую панику. Хотелось просто остановиться и почувствовать под ногами неподвижную землю.

– Я вижу выход! Ура! – воскликнула Оля, помахав мне. – Мы почти на свободе!

Она ловко лавировала в толпе:

– Уже хочу в отель: душ, еда. Четырнадцать дней без рабочих чатов... И с тобой. – Она снова оглянулась, теплая, доверчивая. – Вот он, мой рай. Надеюсь, и ты тоже найдешь способ отпустить контроль.

И в этот момент ее радость оказалась сильнее моих тревог.

Может быть, именно умение разделить с кем-то простой миг счастья и есть главный ответ на все сложные вопросы.

Тогда я еще не знал, насколько сложными они окажутся.

Глава 2. Такси с вопросом

Такси подъехало бесшумно. На экране вспыхнуло уведомление, а к обочине плавно причалил черный Mercedes S-Class.

Странно, заказывал «Комфорт», а приехал «Премиум». Приятно отпуск начинать с бонуса.

Пока водитель укладывал багаж, мы устроились на мягких сиденьях. Двери захлопнулись, отсекая городской шум. В салоне царил прохладная тишина, нарушаемая лишь саксофоном Relax FM.

Водитель представился Робертом – высокий, крепкий, с теплым южным взглядом и широкой улыбкой. Из тех, кто мгновенно располагает.

– Ну что, поехали! – сказал он своим хриловатым, солнечным голосом.

Навигатор показал: «40 минут». Машина мягко тронулась, и город расплылся за тонированными стеклами. Мы ехали молча, отдаваясь покою плавных поворотов, пока в эфире не смолк последний аккорд композиции. Затем слышался женский голос:

«В любви супруги должны ощущать себя свободными...» – цитата Симоны де Бовуар прозвучала неожиданно, как часть заранее подготовленного маршрута.

Я посмотрел на затылок Оли, глядевшей в окно. Мысль,

легкая и острая, скользнула внутри: «Любовь – это когда два целых человека, а не две половинки, строят общий мир, не переставая развивать свои миры личные».

– «Эхо спокойствия»! – внезапно протянул Роберт. – Смелый выбор. Хозяйка – дама с характером. И связями. Муж – человек в крае не последний. Так что можете спать спокойно – вас охраняют не только сосны. Там все под контролем, от воды в бассейне до... ну, всего.

Мы подъезжали к комплексу. На обочине мелькали стильные баннеры с короткими лозунгами:

«Не жди настроения – создай его действием»...

«Сначала шаг. Потом сила»...

«Действие – причина хорошего настроения».

Последняя фраза встретила нас на каменной стеле перед въездом:

«Добавляйте в жизнь активность, которая приносит удовольствие».

И тут Роберт нарушил тишину четким голосом:

– Список удовольствий составили?

Он спросил это так, будто проверял домашнее задание.

– Что? – Я не понял.

– Маленьких. Повседневных, – уточнил он, развернувшись к нам. – Что приносит радость?

Оля откликнулась сразу, будто только и ждала повода:

– Конечно! Кофе утром, горячая ванна вечером, прогулки, когда шуршат листья...

Она звучала легко и безмятежно. А во мне что-то закипало – эта навязанная откровенность, стремление проникнуть под кожу.

– Список? – перебил я. – У меня в голове. И первый пункт: не проходить психологические тесты в такси.

Я попытался улыбнуться, но вышло грубовато. В салоне на секунду повисла пауза. Даже саксофон замолчал.

Роберт рассмеялся:

– Понимаю. Защитная реакция. Мозг сопротивляется простым вопросам, когда привык к сложным.

Он снова повернулся к дороге, но продолжил уже в полуразмышлении:

– Ведь цель не в «море удовольствия», а в том, чтобы сдвинуть себя с мертвой точки. Дать мозгу сигнал: действие может привести к хорошему. Даже на биохимическом уровне.

После паузы добавил:

– Я давно живу по принципу: сначала действие, потом настроение. Даже маленькое – заправить кровать, полить цветок, надеть кроссовки. Это как ключ, который с щелчком запускает двигатель.

Он сказал это так уверенно, будто не просто делился опытом, а объяснял нам правила места, куда мы направлялись. И оттого фраза прозвучала особенно странно:

– В «Эхе спокойствия» вы сможете стать тише.

Не «добро пожаловать».

Не «хорошего отдыха».

А стать тише.

Словно это было обещанием. Или предупреждением.

Глава 3. «Эхо спокойствия»

Отель «Эхо спокойствия» возникал из соснового леса как продолжение природы, где человеческий гений не спорил с ландшафтом, а бережно его обнимал.

Вместо металлических ворот гостей встречала живая арка из плетистой розы «Айсберг». Тяжелые белые бутоны источали тонкий сладковатый аромат.

По обе стороны арки неподвижно стояли четверо охранников – строгие и молчаливые. Когда мы подошли ближе, все четверо одновременно перевели взгляд – слишком синхронно. Они действовали не как люди, а как отлаженный механизм. Их застывшая поза резко контрастировала с нежностью роз. Казалось, красоту здесь охраняет жесткая, безмолвная сила.

За этим двойным порогом начинался целый мир – соток гектаров лесной территории, с укромными уголками для уединения и открытыми площадками для общения – пространство, похожее на карту внутреннего мира.

SPA-комплекс привлекал уже с порога легким шумом воды и теплым влажным воздухом, который окутывал, обещая безопасность.

Первый бассейн с пресной водой выглядел как огромный аквариум, созданный скорее для созерцания, чем для заплывов.

Рядом располагался второй бассейн – с морской водой. Его соленый запах, смешиваясь с хвойным воздухом, прочищал дыхание и будто вымывал из головы тревожные мысли.

Развлечения на территории напоминали город в миниатюре, предлагая каждому гостю свой способ восстановления контакта с собой.

Мини-зоопарк был особым местом силы: здесь можно было, замедлив шаг, наблюдать, как невозмутимые капибары принимают солнечные ванны, а статные олени, касаясь прохладными носами ладоней, напоминали о важности простого тактильного контакта и доверия.

Для жаждущих адреналина работал аквапарк с горками и взрывами брызг, а для ценителей тишины – собственный кинозал с креслами-коконами и запахом карамельного попкорна.

Ритмичные звуки ударов по мячу на кортах большого тенниса сливались в общую симфонию присутствия «здесь и сейчас».

Подлинным сердцем «Эха спокойствия» был банный комплекс. Десять видов саун служили не просто парными, а разными способами настроиться на свое тело и состояние.

В русской бане медовый жар и березовый веник прогревали кожу и снимали зажимы, ледяной грот с его прохладой возвращал ощущение границ, а сауна с гималайской солью наполняла светом и терпким ароматом. Рядом стояла кедровая бочка, чей смолистый запах проникал глубоко в легкие

и запускал естественное очищение.

Это место было не просто зоной отдыха. Оно помогало смыть лишний шум внешнего мира.

Отель «Эхо спокойствия» был воплощением терапевтического процесса – обещанием преобразования через возвращение к себе: к ощущениям, ритмам и забытой потребности в чистой радости.

– Ну вот мы и приехали. – Голос Роберта прозвучал как мягкий финальный аккорд, когда автомобиль замер на выложенной светлым гранитом парковке.

– Вам нужно будет пройти пешком метров двести до главного здания ресепшена. Эта аллея – заповедная территория, сюда колеса не допускаются, – объяснил он. В его словах чувствовалась не только забота о правилах, но и философия места – медленное, осознанное вхождение в другую реальность.

Едва мы открыли двери, как к нам уже направлялся молодой человек в песочной униформе.

– Добрый день! Меня зовут Павел. Позвольте, я возьму ваши вещи, – произнес он с такой искренней заботой, что это звучало не как обязанность, а как естественное продолжение гостеприимства. На его груди красовался серебристый бейдж: «Павел. Куратор заботы и внимания».

– Здравствуйте, Павел! – Оля ответила ему с неподдельным восхищением, выходя из такси и потягиваясь навстречу солнцу.

Я же буркнул:

– Спасибо, вещей у нас немного. – И это прозвучало скорее как отторжение, чем благодарность. Старая привычка – защищать свое пространство, даже когда тебе предлагают помощь.

Мы обменялись последними кивками с Робертом, чей автомобиль вскоре бесшумно растворился в сосновой аллее. Павел легко подхватил наш багаж и двинулся вперед. Мы с любопытством пошли за ним в сторону ресепшена, разглядывая детали нового мира, который начинался прямо за бордюром парковки.

Здание ресепшена утопало в огромных шапках гортензий. Белые, голубые, сиреневые соцветия клонились к земле под собственной тяжестью, создавая ощущение щедрого изобилия.

Войдя внутрь, мы оказались в пространстве скандинавского минимализма. Природные тона сочетались с деревом и льном, а панорамные окна стирали границу с лесом, впуская мягкий свет.

Каждая деталь напоминала: минимализм здесь не прихоть, а способ расслабиться и освободить голову от лишнего.

На низких диванах сидели трое гостей. Они были погружены в свои мысли, и в помещении чувствовалась тихая атмосфера уважения к личному пространству.

Павел указал на стойку ресепшен из светлого дерева и представил нас сотруднице:

– Это Надежда, ваш куратор гостевого путешествия, –

произнес он и так же бесшумно отступил в сторону.

За стойкой нас встретила улыбка молодой девушки. Ее приветствие было безупречно профессиональным, но без налета искусственности.

– Добро пожаловать в «Эхо спокойствия»! Я Надежда, куратор гостевого путешествия. Паспорта, пожалуйста.

Я механически протянул документы, а взгляд все еще блуждал по залу, цепляясь за фактуру стен и идеальные стопки буклетов.

– На чье имя была бронь? – мягко вернула меня в реальность Надежда.

– На мое, – ответила Оля.

– Прекрасно, сейчас все завершу и расскажу о нашем комплексе. – Ее пальцы скользнули по клавиатуре.

Пока она снимала копии, принтер выдал несколько листов. Надежда разложила их перед нами вместе с тяжелыми деревянными ручками:

– Вот анкеты гостя. Стандартная процедура.

Мы быстро заполнили данные, поставили подписи и вернули бланки.

Надежда положила перед нами еще один лист, плотнее.

– И это – формальность, информированное согласие. – Ее голос оставался теплым. – Для вашего же спокойствия. Здесь сказано, что вы осознаете специфику подхода и добровольно соглашаетесь на участие в практиках, беря ответственность за свое состояние.

Она махнула рукой, будто речь шла о пустяке. Я скользнул взглядом по тексту, уловив: «осознаю возможные последствия», «добровольное участие», «несу полную ответственность». Не раздумывая, почти синхронно с Олей, мы поставили подписи. Этот жест ощущался как символическое согласие на предстоящее путешествие и новый ритм жизни.

– Расскажу о философии нашего комплекса. – Она улыбнулась. – У нас «все включено». И даже больше. Это не про еду. Это про заботливое изобилие. Чтобы человек почувствовал настоящий покой, нужно закрыть его дефициты – и физиологические, и эмоциональные. Ресторан нашего отеля – три гастрономических театра, где каждое блюдо – акт искусства. По утрам, – она сделала паузу, – воздух наполняется ароматом круассанов от знаменитой Bourke Street Bakery. Их доставляют специальным рейсом. Особую атмосферу создает кофе, приготовленный в вакуумном сифоне.

Она посмотрела на нас внимательнее:

– Раньше встречали такой способ приготовления?

– Нет, – ответили мы с Олей одновременно. Это вызвало у нее легкую улыбку.

– Сам процесс как маленький ритуал: танец пара в стеклянных колбах, точные движения бариста. Этот кофе не просто напиток. Это звучание тишины и вкус интеллектуальной роскоши. Аромат сложный, многослойный, как дорогой парфюм, с нотами шоколада, цветочной кислинкой и легкой дымкой.

– Интересно будет не только попробовать, но и увидеть, – сказал я искренне.

– В обед и ужин наш шеф превращает каждый прием пищи в гастрономический перформанс, – продолжила Надежда. – Но главное – меню без границ, построенное на потребностях и воображении гостя. Мы отказались от стандартных карт, предлагая чистый лист. Гость может бросить шефу вызов одним лишь капризным пожеланием – цветом или формой. Например, «Монохромная симфония» – ужин в одной цветовой гамме: белое меню с палтусом, пастернаком и кокосовым муссом или красное – с карпаччо, борщом и гранатовым супом. Шеф доказывает, что даже в одном цвете – бездна вкусов. Или «Геометрия вкуса»: меню определенной формы. Круглое – когда все, от аперитива до десерта, обретает сферичность; квадратное – строгие кубические композиции, слоеные башни и шоколадные плитки. Мы верим, что высший пилотаж сервиса – когда кухня становится лабораторией по воплощению внутренних миров гостя. Наш шеф – медиум, переводящий невысказанные желания на язык вкусов и текстур, – подвела она. – В отеле две категории номеров: люкс и полулюкс. Вам предоставлен полулюкс. В номере есть мини-бар с авторскими безалкогольными настойками, большая кровать кинг-сайз с латексным матрасом и «меню подушек» с семью вариантами. Вас ждет ванная с панорамным окном и джакузи на двоих. Косметические средства – органик-линия на алтайских травах. И кстати, мы соблюдаем

принцип нулевых отходов. Да, и я должна предупредить, что в отеле мы сознательно придерживаемся философии цифрового детокса, – добавила она с легкой гордостью. В номерах нет телевизоров. Вместо них – персональные «станции осознанности»: медитативный коврик, набор поющих чаш и аромалампа с индивидуальными маслами.

Она перечислила композиции «Ясность» и «Глубокий покой», а затем сказала:

– Рядом с «Меню подушек» вы найдете «Меню практик»: утренняя медитация у пруда с карпами кои, сканирование тела с сомелье релаксации, прогулка в осознанном молчании по сосновой тропе.

– Это очень-очень хорошо, – отреагировала Оля, бросая на меня взгляд, полный надежды.

– Также всем новым гостям мы дарим «Тактильную медитацию» – массаж, где прорабатывают не только мышцы, но и мышечную память стресса. Записаться можно через меня или коллег, – продолжила Надежда. – На территории есть Лабиринт для медитативной ходьбы из речного камня. Мы предлагаем пройти его босиком, сосредотачиваясь на каждом шаге. Не могу не рассказать про нашу гордость – «Лесную ванну» по-русски, – добавила она.

– А это что такое? – спросил я, представляя гигантскую купель.

– Это ритуал с гидом-натуралистом, – улыбнулась Надежда. – Мы учим гостей замедлять шаг до скорости природы,

дышать, прикасаться к коре сосен, вслушиваться в лес, превращая прогулку в практику соединения с природой.

– А, ну такое нам, думаю, не очень интересно, – засмеялся я, пытаюсь поймать одобрителный взгляд Оли. – С деревьями мы уже обнимались в детстве.

Шутка повисла в воздухе. Оля смотрела на Надежду с горящими глазами.

– А еще каждый вечер в стеклянном павильоне над озером проходит церемония «Молчаливый час с чаем», – заключила Надежда. – Гости в полной, но не давящей тишине пьют редкие сорта чая, наблюдая, как зажигаются первые звезды.

Она выдержала паузу:

– Мы предлагаем не просто роскошь бытия, а роскошь осознанного бытия – самый ценный товар, который нельзя купить, но можно обрести. Ваш номер в сосновом корпусе «Тишина», на втором этаже, – сказала Надежда и раскрыла ладонь с двумя деревянными брелоками-каплями. К ним были прикреплены металлические пластины с номером «2». – Это ваши пропуска. Они откроют дверь в номер и доступ ко всем зонам комплекса.

Она уже собиралась завершить разговор, но вдруг вспомнила:

– Да, чуть не забыла о главном. Поскольку у нас философия цифрового детокса – это суть опыта, я должна попросить вас сдать телефоны на время пребывания. Мы предла-

гаем обменять цифровую реальность на реальность ощущений.

– Ах да... – вырвалось у меня с легким вздохом сожаления. Рука потянулась к карману – к привычному прямоугольнику, последней ниточке с прежним миром.

– Любимый, это будет классный опыт! – радостно откликнулась Оля.

Надежда указала на металлический сейф в стене. Мы по очереди опустили туда телефоны. Дверца закрылась с тихим, но уверенным щелчком – звуком окончательного отсечения.

Убедившись, что вопросов не осталось, Надежда кивнула с теплой завершающей улыбкой:

– Теперь вы полностью готовы. Приятного погружения.

Она слегка повернула голову.

Из атмосферы спокойствия вновь материализовался Павел.

– Павел сопровождает вас до номера и поможет сориентироваться, – сказала Надежда.

Мы снова оказались под его незримым крылом, готовые следовать за ним вглубь обещанного «Эха спокойствия».

Глава 4. Скульптура, которая слушает ветер

Выйдя из прохладного здания ресепшена, я остановился на ступени, чтобы вдохнуть воздух и оглядеться. Пейзаж казался нереальным – свет, сосны, прозрачная тишина, нарушаемая лишь одним птичьим криком. Мы двинулись по дорожке, не разговаривая.

Павел шел впереди своей легкой, бесшумной походкой. Через минуту он остановился и, чуть повернув голову, произнес:

– А вот и ваш корпус «Тишина».

Перед нами возвышалось темное здание, словно выросшее из земли. У входа – небольшой круглый сад и скульптура, которая сразу притягивала взгляд. «Диалог молчания».

Две фигуры из светлого камня стояли друг напротив друга.

Одна – с широко открытым ртом, где блестела пустая ниша.

Другая – с плотно сжатыми губами и поверхностью, усеянной отверстиями, тихо звенящими на ветру. Между ними лежал темный, идеально гладкий камень в форме яйца.

Павел начал говорить, будто продолжал давно начатый разговор:

– Это о диалоге внешнего и внутреннего. Видите, одна фигура «молчит» для мира, но ее форма все равно звучит – вот этот шелест ветра. А другая будто хочет закричать... но находит внутри только отражение и тишину.

Он сделал короткую паузу.

– Если встать между ними, можно почувствовать этот разговор. Потрогать камень, услышать, как воздух играет в отверстиях. Настоящая тишина – это не отсутствие звука, а глубина, из которой рождаются ясные мысли.

Он умолк, наблюдая за нашей реакцией. Внутри что-то дрогнуло – просто и сложно одновременно. Чтобы разрядить тишину, я указал на табличку:

– А это... имя скульптора?

Павел мягко покачал головой.

– Нет. Цитата Хайдеггера: «Молчать – не значит быть немым... Только в подлинной речи возможно подлинное молчание». Авторы предпочли остаться анонимными. Их искусство в диалоге, который оно вызывает.

Он повернулся к двери корпуса.

– Ваш номер на втором этаже. Желаю вам прекрасного, наполненного отдыха, – произнес он.

Глава 5. Порочный круг перепроверки

Мы с Олей поблагодарили Павла – ее «спасибо» прозвучало тепло, мое более сдержанно – и переступили порог корпуса.

Поднявшись по лестнице, мы остановились перед дверью номера два. Брелок-капля коснулся считывателя, замок щелкнул, и мы вошли. Номер оказался воплощением той самой тишины, о которой нам говорили: дерево, камень, мягкий свет – ничего лишнего.

В центре – большая кровать с белоснежным бельем. На тумбе лежало «Меню подушек» с лаконичным набором вариантов. Но главным было окно во всю стену, за которым начинался живой лес – свет скользил между ветвями и мягко ложился на пол.

Мы поставили вещи у входа и начали рассматривать детали.

– Любимый, смотри, мини-библиотека! – позвала Оля.

На встроенных полках стояли книги: Фромм, Камю, Сакс, Вульф. Подборка как деликатное приглашение к размышлению. Я потянулся за Камю, и из-под обложки выскользнула и упала на пол смятая бумажка. Развернув, я увидел дрожащие карандашные буквы: «Григорий лжет». Я поморщил-

ся. Что за детская игра? Кто этот Григорий и зачем кому-то оставлять такие послания? Скомкав бумажку, я отправил ее в урну. Наверное, кто-то из предыдущих гостей заигрался в духовные поиски.

– Может, разложим вещи, душ – и на обед? – предложил я.

– Я только за! – Оля скрылась в ванной. Через секунду раздался ее восторженный возглас: – Смотри!

На полке лежали аккуратные стопки полотенец с игривыми подписями: «Для ваших ножек», «Для ваших ручек». Это была забота без нажима – ласковое напоминание о простых телесных радостях.

Мы направились на обед. Уже на первом этаже, в полутени холла, увидели женщину лет сорока. Она шагнула к двери выхода, но внезапно остановилась, резко развернулась и побежала обратно. Схватила ручку двери номера и несколько раз дернула ее – сперва резко, затем методично, с нарастающим напряжением. На мгновение ее лицо смягчилось – и все повторилось.

Ее тело двигалось рывками, будто по команде невидимого механизма. Плечи напряжены, дыхание сбито. Она снова направилась к выходу – и снова резко остановилась, будто споткнувшись о собственную мысль.

– Группа... опоздаю... группа... – бормотала она, дергая ручку все сильнее.

Мы с Олей замерли. Перед нами был человек, попавший в петлю собственного ума – не пленница обстоятельств,

а пленница принуждающей тревоги.

Оля крепче сжала мою руку.

– Вам помочь? – спросил я осторожно.

Женщина вздрогнула и медленно повернулась. Лицо – бледное, уставшее, растерянное.

– Я... не помню, закрыла ли дверь, – прошептала она. В ее глазах стоял стыд, смешанный с отчаянием, – не подозрение, а именно природа болезни: невозможность доверять собственной памяти.

– Вы закрыли, – мягко сказала Оля. – Мы видели.

Женщина попыталась улыбнуться, но взгляд тут же снова метнулся к двери как к опасной точке. Тело ее напряглось, и она рванулась назад.

– Давайте проверим вместе, – предложил я. – Один раз, и все.

Она кивнула с благодарностью. Мы подошли к ее двери. Она положила руку на ручку; я – поверх. Мы синхронно дернули. Замок глухо щелкнул – закрыто.

– Спасибо. Я уже на тридцать минут опаздываю, – прошептала женщина, глядя на часы с ужасом, будто они фиксировали ее поражение.

– Вы тридцать минут пытаетесь выйти? – вырвалось у меня.

Она смутилась, опустив взгляд.

– Любимый, пойдем, – тихо сказала Оля и повела меня к выходу.

В какой-то момент я обернулся. Через стеклянную стену было видно, как женщина снова метнулась к двери. Ритуал повторился – рывок, усилие, тревога. Это уже не была проверка. Это – отчаянная попытка успокоить мозг, который не принимает подтверждений. Как же ей не просто в этом.

Пока мы шли по тропинке к ресторану, все знания – «компульсия», «обсессия», «порочный круг» – вдруг стали сухими. Передо мной было живое лицо человеческих страданий, запертое в ловушке собственного неумолкающего мозга.

Глава 6. «Тарелка осознанности»

Легкий, почти неслышный шелест автоматических стеклянных дверей – и нас с Олей накрыла другая тишина, не лесная. Она была наполненной: приглушенным перезвоном хрусталя, сдержанным бормотанием немногих разговоров и тихой музыкой, где бас виолончели переплетался со звоном поющих чаш.

Ресторан «Тарелка осознанности» встретил нас высокими потолками и панорамными окнами. В центре, как на подиуме, стояли огромные круглые каменные столы – идеальные, холодные, лишённые уюта. Эта безупречная геометрия после естественности улицы давила и заставляла инстинктивно понижать голос.

За одним из столов сидели двое молодых людей. Их энергетика – смесь сосредоточенности и легкого напряжения – сразу зацепила.

Первый – Егор – стройный блондин лет тридцати с аккуратной стрижкой с навязчивой тщательностью раскладывал перед собой льняную салфетку и приборы – все должно было лежать идеально параллельно.

Второй – Мирон – напротив, казалось, что он существовал в другом измерении: сидел, слегка сгорбившись, темные выходящие волосы падали на лоб, а длинные пальцы нервно постукивали по краю стола. Взгляд – тревожный, глубокий –

блуждал по залу.

Нам с Олей одновременно захотелось подойти именно к ним. Не к пустым столикам у окна, а к этому странно-живому островку. Возможно, сработало вечное любопытство к человеческим историям или интуитивное ощущение, что здесь происходит что-то важное, выходящее за рамки обычного обеда. Достаточно было мимолетного взгляда и моего чуть заметного кивка – и мы уже шли к их столу. В этот момент к ним подходил повар – мужчина лет пятидесяти с благородной сединой, которого звали Марк. Он выглядел как шеф из журнала о высокой кухне: халат из небеленого льна, спокойные глаза, уверенные движения. Позже мы узнаем, что у него был мишленовский ресторан в Париже. Здесь, в «Эхе спокойствия», он стал архитектором безопасных вселенных.

– Господа, ваши блюда готовы.

Перед Егором поставили тарелку, которая была не едой, а формулой спокойствия. Все на ней подчинялось геометрии и чистоте: идеальная горка белого риса, котлета из белого мяса без соуса, квадратик тоста и три белоснежные дольки яблока. Ни цвета, ни смешения текстур, никаких сюрпризов – карта безопасной территории, вычерченная с военной точностью.

– Рис промыт семикратно дистиллированной водой, – тихо сказал Марк, ловя внимательный взгляд Егора. – Перекрестное заражение ароматами и текстурами исключено.

Егор кивнул, и в его глазах мелькнуло облегчение. Для него эта тарелка действительно была формулой спокойствия.

Затем Марк так же плавно повернулся к Мирону. Блюдо, которое он поставил перед ним, было полной противоположностью – оно должно было обмануть мозг, утолив тягу к «непищевому» через сложные, но съедобные текстуры.

На темной каменной плите лежала густая каша, запеченная до состояния влажного плотного песка, с хрустящей корочкой из тончайшего слоя морской соли и активированного угля. Рядом – плотный, зернистый паштет из корнеплодов и белой фасоли, намеренно вызывавший ассоциации с глиной или влажной землей. И главный элемент – хрустящие, полупрозрачные чипсы из нори и рисовой бумаги, обжаренные до ломкости сухой бумаги или штукатурки. Общий аромат был приглушенно-земляной: пастернак, топинамбур, белые грибы.

– Здесь нет ничего, что нельзя съесть, – мягко, но твердо сказал Марк, на мгновение положив руку на спинку стула Мирона. – Но каждая текстура говорит на языке твоего желания. Попробуй договориться с ней.

Мирон нерешительно взял тяжелую ложку из черного металла. Его пальцы дрогнули, когда он коснулся прохладной, шероховатой поверхности сланца. Он копнул кашу – она поддалась с тем самым глухим сопротивлением, которое подсознательно искал.

В этот момент мы с Олей, уже стоявшие рядом, мягко по-

просили разрешения присесть. Получив кивок, заняли места за круглым столом, чувствуя себя одновременно наблюдателями и невольными соучастниками этой интимной церемонии. Наши взгляды метались между аскетично-совершенной тарелкой Егора и первобытно-текстурной, «землистой» тарелкой Мирона. Контраст ошеломлял.

Оля не выдержала первой – ее любопытство и эмпатия перевесили такт:

– Скажите, а это особая диета или часть концепции отеля? Ваши тарелки будто из разных миров.

Егор и МIRON переглянулись. Молчаливый диалог длился секунду. Затем Егор аккуратно отложил вилку, выровняв ее параллельно ножу, и повернулся к нам.

– Наша еда... это не диета. – Егор отодвинул тарелку, пальцы слегка дрогнули. – У меня... ну, это называется «ограничительное расстройство». Звучит как диагноз, да?

Он замолчал, глядя на идеальный белый рис.

– Представьте: видишь соус. И не думаешь «вкусно». Думаешь: «Слизь». Зелень пахнет... не зеленью. Химией. Мозг кричит: «ЯД!» А тело вот тут сводит. – Он тронул солнечное сплетение. Поэтому моя безопасная еда, – он кивнул на свою тарелку, – должна быть чистой. Не в смысле гигиены, а простоты и предсказуемости. Один, максимум два ингредиента. Никаких смесей. Никаких сюрпризов во вкусе или текстуре. Только так мой мозг перестает бить тревогу. Марк, наш шеф, – он чуть улыбнулся, – своего рода переводчик. Он

переводит мои ограничения в эстетику. Делает из пищевой тюрьмы зону комфорта и даже красоты.

Глава 7. Исповедь перед рисом с глиной

Пока мы, замороженно и немного шокировано, переваривали его откровенность, Мирон тихо откашлялся. Он все еще не поднимал глаз, его взгляд был прикован к каменной плите, будто ища в ней опору.

– А у меня совсем другая история, – начал он негромким голосом. – Пикацизм. Это когда тебя тянет есть... ну, то, что едой не является. Землю. Мел. Бумагу. Песок. Глину. Даже резину или штукатурку. И не от голода или нехватки витаминов, и не от глупости. А потому что мозг почему-то решил, что именно эти непищевые текстуры – то, что тебе «нужно». Это навязчивая, всепоглощающая мысль, от которой не отмахнешься. Запах мокрой земли после дождя или свежей штукатурки вызывает настоящее слюноотделение. Видишь идеальный, сыпучий песок на пляже – и думаешь, каким он будет на зубах. Это безумно стыдно. Это страшно. Поэтому Марк готовит мне... обманки. Еду, которая имитирует эти непищевые желания. Вот эта каша – она пахнет землей и сопротивляется ложке, как влажный песок. Этот паштет – его можно мять пальцами, как глину. А эти чипсы... – он осторожно взял один, и тот издал громкий, сухой хруст, – они ломаются и хрустят в точности, как сухая штукатурка

или бумага. Он дает мне то, чего неистово требует мой мозг, но в безопасной, съедобной форме. Чтобы я учился хотеть есть еду, а не стены.

Мы с Олей сидели, полностью забыв о собственном голоде и меню. В глазах Оли читалось глубокое сопереживание.

– То есть... вам не просто что-то не нравится? – тихо спросил я, с трудом находя слова. – У вас... мозг сам по себе, другими путями воспринимает еду? Он просто... сбит с толку?

– Можно сказать и так. – Егор слабо, но искренне улыбнулся, и в этой улыбке была усталая мудрость.

– Мы не капризные. Мы просто люди, живущие с мозгом, который ведет свою сложную, иногда очень одинокую войну с миром еды. Для одного этот мир – минное поле, для другого – кладезь запретных, несъедобных соблазнов.

Повар Марк, наблюдавший за этим диалогом с почтительной дистанции у стойки с пряностями, едва заметно кивнул. Его взгляд, полный профессионального удовлетворения и человеческого участия, скользнул по сосредоточенным лицам братьев, а затем – по нашим, открытым от изумления. Его работа сегодня была выполнена не только на кухне. Он создал не просто два уникальных, терапевтических блюда – он ненавязчиво создал пространство, где тихий, полный стыда и непонимания мир пищевых расстройств наконец-то был озвучен, вынесен на свет и встречен не осуждением, а внимательной попыткой понять.

Две тарелки. Одна сложная, невидимая миру правда, прозвучавшая вслух за круглым каменным столом. И в глубокой, уважительной тишине, наступившей после их слов, был слышен только ритмичный хруст съедобной «штукатурки» в руке Мирона – звук маленькой ежедневной победы.

Далее к нашему столу с беззвучным шагом вернулся Марк. Он не просто подошел – он мягко влился в наше пространство, его присутствие было столь же органичным, как свет из окна. Он склонил голову, и его взгляд, лишенный давления, мягко перемещался с одного лица на другое, прежде чем вопросительно остановился на нас с Олей.

– А для вас? – спросил он, готовый воплотить любое желание.

И в этот момент, после откровений Егора и Мирона, меня накрыла простая детская потребность в чем-то абсолютно понятном, земном, лишенном всякой сложности. Моя собственная психика, потрясенная услышанным, потянулась к самым базовым, укорененным в памяти вкусам.

– А принесите мне глазунью с беконом и помидорами, – сказал я, и слова прозвучали чуть громче, чем нужно, будто я утверждал свою нормальность. – И чай «Эрл Грей» с бергамотом. Пожалуйста.

– А мне то же самое, только вместо бекона положите сыр, – добавила Оля.

Марк лишь доброжелательно, понимающе улыбнулся уголками глаз, кивнул – «все будет» – и так же бесшумно

растворился по направлению к кухне, оставив нас вновь наедине с братьями.

А в это время, под аккомпанемент тихой музыки и далекого звона посуды, мы немного, смущаясь, рассказали нашим новым знакомым о себе – откуда, зачем, впечатления от поезда. Разговор тек плавно, но с подтекстом. И за обедом, пока мы ждали свои заказы, мы узнали от них кое-что важное. Оказалось, Егор и Мирон – не просто гости, они здесь на долгосрочной программе. Ежедневно посещают воркшопы – своего рода терапевтические группы, где разбирают взаимоотношения с едой, телом, тревогой.

– И мы, честно, удивились, что вы ничего про группы не знаете, – заметил Егор, аккуратно отделяя зернышко риса вилкой. – Ведь практически все гости, до обеда или после, идут в соседний корпус – «Поведенческой трансформации». Там проходят разные классы: работа с импульсивным поведением, группы по снижению чрезмерного контроля и ригидности, арт-терапия и другие. Это часть пакета.

А далее Егор, отложив вилку, посмотрел на нас прямее, и в его голосе появилась та самая, тихая убежденность, с которой говорят о чем-то само собой разумеющемся:

– Это своего рода терапевтический центр для людей, которые пытаются справиться с тем, что годами снижает качество их жизни. С тем, что прячется внутри и мешает дышать полной грудью.

– Да, типа «исправительный» отель, – сухо, одним словом,

как будто ставя жирную точку, бросил вслед Мирон, не отрываясь от созерцания своей «земляной» каши.

В воздухе повисла неловкая пауза. Затем Егор, с присущей ему вежливой прямоотой, спросил, повернувшись к нам: – А вы... вы зачем сюда приехали? Что «вылечить» хотите?

Слово «вылечить» прозвучало в кавычках, но оно все равно резануло, упав в тишину как камень.

– Вылечить? Мы? – Я фыркнул, и в моем голосе прозвучало возмущенное недоумение. – Нет, мы просто отдыхать. Набраться сил.

И, будто чувствуя необходимость защитить нашу общую хрупкую нормальность от этого неожиданного вторжения, я добавил, уже оправдываясь:

– С нами все в порядке. Мы сами справляемся со своими... жизнями. Вполне успешно.

Но в этот самый момент я заметил странное молчание Оли. Она не поддержала меня. Она сидела, опустив глаза, и медленно вращала свою чашку с еще не принесенным чаем. На ее лице были не обида и не смущение, а какая-то глубокая, сосредоточенная задумчивость. Ее губы были плотно сжаты, а взгляд ушел куда-то внутрь, в пространство между столешницей и ее собственными руками. Складывалось стойкое ощущение, что она знает что-то, о чем я даже не догадываюсь. Что-то, что заставило ее промолчать в самый неудобный момент, оставив меня одного отбиваться от про-

стого вопроса, который вдруг показался самым сложным за весь день.

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.