



18+

От автора «ПОЛНОЧНОЙ БИБЛИОТЕКИ»
и «ПЛАНЕТЫ НЕРВНЫХ»



МЭТТ ХЕЙГ

принимать
жизнь



Ты справишься,
по ту сторону мрака — жизнь



Перевод Дарьи Ивановской



Мэтт Хейг

Причины жить

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=74331426

Причины жить: Лайвбук; Москва; 2026

ISBN 978-5-907784-82-6

Аннотация

Это трогательная, смешная, светлая книга о том, как пережить кризис, победить болезнь и в конце концов научиться жить заново.

Мэтт Хейг, опираясь на собственный опыт, исследует состояние депрессии. Однажды, много лет назад, его мир рухнул. В те долгие, невыносимые дни он боялся буквально всего. Казалось, что для него не было никакого выхода, и даже яркая работа на Ибике больше не увлекала его.

В этой книге Хейг внимательно вглядывается в себя прежнего, двадцатичетырехлетнего, пытается разобраться, что же тогда позволило ему не свести счеты с жизнью и как он научился существовать со своими пограничными состояниями.

Содержание

Введение	7
Невозможная книга	11
Маленькая заметка перед погружением	14
Падение	16
День, когда я умер	16
Почему депрессия так трудна для понимания	21
Прекрасный вид	23
Разговоры сквозь время – часть первая	27
Таблетки	28
Конец ознакомительного фрагмента.	30



Мэтт Хейг

Причины жить

Посвящается Андреа

Published by arrangement with Canongate Books Ltd, 14 High Street, Edinburgh EH1 1TE and The Van Lear Agency LLC.

Copyright © 2015 by Matt Haig

© Дарья Ивановская, перевод на русский язык, 2025

© Издание на русском языке. Livebook Publishing LTD, 2026

* * *

«Поистине блистательный текст, обязательный к прочтению! Невозможно оторваться».

@Coops_Kay

«Прекрасно, жизнеутверждающе – ровно то, что мне

было нужно».

@destinyischoice

«Жаль, что она мне не попала в мои девятнадцать».

@katiedawson23

«Обучение и надежда – два в одном».

@mentalbattle

«“Причины жить” – не только трогательное и теплое, но и духоподъемное чтиво».

@PPhunt

«Мудрость, юмор, признание, искупление.

Иногда депрессия выглядит как падение в глубины бессловесности. Мэтт Хейг нашел слова. И сказал их за всех нас».

JOANNE HARRIS

«Трогательно, забавно, заставляет задуматься – и написано с душой».

S. J. WATSON

«Он вынес сложную и чувствительную тему из тьмы на свет».

MICHAEL PALIN

«Просто и блистательно».

BOOKMUNCH

«Очень мудро и тепло».

NATHAN FILER

Введение

С момента первого выхода этой книги мне чаще всего задают один вопрос: «Тяжело было ее писать?»

Ответ – нет.



Тут такой нюанс: любую книгу писать в принципе тяжело, писательство – та еще затея, даже если книга маленькая, вроде этой. Но я просто хочу сказать, что работа над данной книгой не оказалась сложнее прочих только из-за ее темы.

На самом деле, я был вполне готов, когда приступил к ней. К тому моменту я уже довольно далеко ушел от прежнего юноши, который не мог даже выйти из дома, не словив паническую атаку. Книга помогла мне исцелиться. В тишине отчаяния нашлись слова. Хлынули потоком. Я как будто посещал терапевтические сеансы, а в роли психотерапевта выступал невидимый читатель.

Идея была простая: написать такую книгу, которой у меня не оказалось, когда я в ней остро нуждался. Такую книгу,

с которой люди будут чувствовать, что их понимают и они не одиноки. Такую книгу, которую создал не врач, психолог или некий ученый, а простой человек, переживший кое-что жесткое и теперь рассказывающий об этом насколько можно честно. Я писал и таким образом как бы предлагал искреннюю надежду. Я хотел сделать ее простой и понятной, потому что сам помнил, как тяжело бывает понимать книги, когда мозг горит огнем. Я нарочно выбирал самые простые и сильные слова.

Теперь-то я понимаю, насколько она далека от идеала. Главная проблема была в том, что я сам не до конца знал историю, которую записывал. Чего-то не хватало. Недостающий кусочек нашелся несколько лет назад, когда мне диагностировали СДВГ и аутизм. Я не всегда понимал причины своей депрессии – и сейчас не понимаю, – но мне хотя бы стало ясно, что выгорание было определяющим фактором.

В нынешнем переиздании я сделал на это некоторую поправку. Упомянул немного о нейроразнообразии, чуть-чуть поменял формулировки. Кое-где убрал неактуальные определения вроде «совершить самоубийство» и «депрессивный». Конечно, бессистемность изложения никуда не делась. Я хотел ее сохранить. Книга изначально писалась как поток сознания, отчасти потому, что я не рассчитывал на большое количество читателей. А отчасти – я только по мере написания стал понимать, что за книга у меня получается.

Я писал мемуары? Пособие по самопомощи? Или, как ре-

шили в одном книжном магазине, издание для раздела «Поэзия»? (Любой, кто возьмется это читать в надежде увидеть сборник стихов, будет крайне разочарован – правда, не так сильно, как человек, который заказал ее по интернету, потому что она была на первом месте в серии «Биографии фокусников».)

В общем, эта книга – помесь всего и сразу. Можно сказать, непроизвольный крик души. Письмо в прошлое – тому прежнему мне, который когда-то стоял на краю обрыва. Сейчас я понимаю, что на тот момент я таким образом пытался почувствовать себя менее одиноким. Я писал и как будто посылал эхолокационный сигнал в поисках таких же, как я, людей, ведущих свою собственную невидимую войну.

Сейчас мне сорок девять.

Единственная причина, по которой я сейчас об этом сообщаю, – это тот факт, что в двадцать четыре года я был уверен, будто не доживу до двадцати пяти. Будущее было исключительно гипотетическим. И эта книга появилась – и остается реальной – для всех, кто не верит в возможность собственного будущего. Или видит вещи под другим углом. Это – самая неидеальная из моих книг. И именно ею я горжусь сильнее, чем остальными.

Это книга, которая была задумана не как окончание разговора, а как его начало.

Это книга, которая должна была подчеркнуть для всех и каждого то, что жизнь буквально выжгла во мне: наш разум

может нас обманывать. У жизни для нас припасено гораздо больше, чем видится из темницы личного отчаяния. Мы можем измениться. Мы можем найти ключи в темноте. И иногда именно через чужой опыт – даже если он совсем не совпадает с нашим – мы обретаем надежду.

Иногда самое трудное – это остаться. Но моя книга – напоминание, что оно того стоит. Жизнь – больше, чем депрессия. И каждый из вас – тоже.

Брайтон,
2025

Невозможная книга

Тринадцать лет назад я знал, что этого не случится.

*Дело в том, что я собирался умереть.
Или свихнуться.*



Я никоим образом не должен был дожить до нынешнего момента. Временами я даже сомневался, что протяну десять минут. И было совершенно невозможно поверить в саму мысль, что я буду в достаточной степени здоров и уравновешен, чтобы таким образом обо всем написать.

Один из главных симптомов депрессии – отсутствие надежды. И веры в будущее. Никакого света в конце тоннеля: тебе кажется, что этот тоннель, в котором ты находишься, запечатан с обоих концов. Если бы я только знал свое будущее, которое оказалось гораздо светлее, чем все, что я мог себе представить, то каменную кладку в конце моего тоннеля просто разорвало бы на части, и я бы увидел свет. Сам факт того, что эта книга существует, подтверждает вот что: депрессия лжет. Депрессия вселяет тебе в голову ошибочные

мысли.

Но сама по себе депрессия – не ложь. Она реальнее, чем все, что случилось в моей жизни. И она, разумеется, невидима.

Другим кажется, что ничего вообще не происходит. Ты живешь, как будто у тебя голова в огне, но при этом никто из окружающих не видит пламя. И таким образом депрессия – поскольку она невидима и загадочна – стигматизируется. Стигматизация особенно жестоко влияет на людей в депрессии, поскольку стигма влияет на мышление, а депрессия – это как раз болезнь мышления.

В депрессии тебе кажется, что ты совсем один, и что никто не испытывает того, что испытываешь ты. Ты так боишься показаться сумасшедшим, что стараешься держать все в себе, боишься, что люди от тебя отстранятся, и потому замыкаешься и ни о чем не рассказываешь. И это плохо, потому что проговаривание помогает. Слово – произнесенное или записанное – связывает нас с миром, поэтому, если поговорить с кем-нибудь или записать свои переживания, станет легче поддерживать связь друг с другом и с самим собой.

Знаю, знаю – все мы люди. Скрытные создания. В отличие от других животных, мы носим одежду и производим потомство за закрытыми дверями. И нам стыдно, когда с нами что-то не так. Но мы это перерастем, и это получится только тогда, когда мы научимся говорить обо всем. А также писать обо всем и потом читать.

Вот во что я верю. Потому что отчасти через чтение и письмо я сам смог нащупать во тьме путь к спасению. Как только я осознал, что депрессия обманывала меня насчет будущего, я захотел написать книгу и поделиться своим опытом, посмотреть депрессии и тревоге в лицо и взять их за рога. В общем, у этой книги две цели. Уменьшить стигму и – можете считать это донкихотством – попытаться убедить людей, что из низины открывается не самый полный вид на местность. Я написал ее, потому что самые старые клише остаются самыми верными. Время действительно лечит. В конце тоннеля точно *есть* свет, даже если мы его пока не видим. Нет худа без добра, в темном царстве всегда найдется луч света – такое вот предложение «два по цене одного». А еще – слова иногда даруют свободу.

Маленькая заметка перед погружением

Каждый разум уникален.

*Каждый ошибается своим собственным,
уникальным образом.*



Мой разум подвел меня чуточку иначе, чем других людей подводит их разум. Наш опыт часто похож на чужой, но полностью одинаковых историй не бывает. Ярлыки вроде «депрессия» (или «тревожность», или «паническое расстройство», или «ОКР»¹) весьма полезны, но только если мы понимаем, что разные люди переживают одни и те же явления по-разному.

Депрессия у всех протекает по-своему. Боль ощущается по-разному, имеет разную интенсивность, и реакция на нее тоже у всех различается. Вместе с тем, если бы книги были полезными, только если они точно описывают конкретный

¹ Обсессивно-компульсивное расстройство.

опыт, то каждому человеку стоило бы читать только то, что написал он сам.

Не бывает правильных или неправильных способов находиться в депрессии, переживать панические атаки или хотеть умереть. Все это просто *происходит*. Отчаяние в этом смысле похоже на йогу: это не соревнование. Но за несколько лет я понял, что книги людей, которые страдали, выжили и преодолели отчаяние, приносили мне утешение. Они давали мне надежду. Надеюсь, эта книга будет так же полезна.

Падение

*Но иногда требуется больше храбрости, чтобы
жить, нежели чтобы убить себя.*

Альбер Камю, «Счастливая смерть»²



День, когда я умер

Я помню день, когда умер прежний я.

Все началось с мысли. Что-то шло не так. Это было начало. Я еще не понимал, в чем дело. А потом, секунду или две спустя, в голове у меня возникло какое-то странное ощущение. Какая-то биологическая активность в затылке, чуть выше шеи. В мозжечке. Какая-то пульсация или интенсивное мельтешение, будто там бьется бабочка; и еще покалывание. Я еще не знал, какими неожиданными бывают физические проявления депрессии и тревоги. Я просто подумал, что умираю. А потом у меня заколотилось сердце. А потом

² Пер. Т. Чугунова. – Здесь и далее примеч. пер., если не указано иное.

и я сам заколотился. Я тонул, стремительно тонул, проваливаясь в новую, пугающе замкнутую, удушающую реальность. Прошло больше года, прежде чем я смог вернуться хотя бы к приблизительно полунормальному состоянию.

До этого момента я особо ничего не понимал о депрессии – знал только, что после моего рождения ею недолгое время страдала моя мать, и что прабабушка со стороны отца скончалась в результате самоубийства. Полагаю, у нас это семейная история, но именно над этой историей я особо не задумывался.

В общем, мне было двадцать четыре. Я за год до этого окончил магистратуру, и по итогам образовательного процесса у меня имелись только внушительные финансовые долги, полная голова мешанины из английской литературы и французской философии, множество недиагностированных проблем, череда упущенных должностей на разных окраинах Лондона, потому что ни на одной работе я не задерживался дольше месяца, и проблемы с выпивкой, которые мне не казались проблемами. Из положительного – я в это время жил и работал в Испании, в одном из самых тихих и живописных уголков Ибицы. У меня была девушка по имени Андреа и совсем не было денег, однако наши работодатели позволили нам обоим бесплатно жить на их вилле. Стоял сентябрь. Через две недели я должен был возвращаться в Лондон – и в реальность. Нужно было искать источник постоянного дохода вместо сезонных халтур за наличку. После

шести лет студенческой жизни и летних подработок настало время взрослеть. Я изо всех сил тянул время, избегая взросления, и оно висело надо мной грозовой тучей. Теперь эта туча раскалывалась и проливалась на меня дождем.

Самая странная штука насчет сознания – это что у тебя в голове могут происходить самые жесткие вещи, но со стороны никто этого не видит. Весь мир сжимается. У тебя могут расшириться зрачки. Речь может стать бессвязной. Выступает пот. Но никто из гостей на той вилле не мог и представить, что я чувствовал, осознать весь тот ад, в котором я жил, и понять, отчего же смерть казалась мне такой невероятно привлекательной идеей.

Я три дня пролежал в постели. Не спал. Андреа регулярно приносила мне воду и фрукты, которые я едва мог есть.

Окно было все время открыто – ради свежего воздуха, но комната все равно оставалась душной и жаркой. Помню, как меня поразило, что я до сих пор жив. Я понимаю, что это звучит излишне патетично, но депрессия и паника нагоняют только патетические мысли. Короче, облегчение не наступало. Я хотел умереть. Нет. Это не совсем точно. Я не желал смерти – мне просто не хотелось жить. Смерть пугала меня. Смерть случается только с живыми. Но ведь бесконечное количество людей вообще никогда не жили. Я хотел быть одним из них. Такое вот старое, классическое желание: никогда не родиться. Быть одним из трехсот миллионов спер-

матозоидов, у которых ничего не получилось.

(Какое же это счастье – быть нормальным! Мы все ходим по невидимым натянутым канатам, рискуя каждую секунду соскользнуть и лицом к лицу столкнуться с экзистенциальным ужасом, поджидающим своего часа в глубинах нашего разума.)

Обстановка в моей комнате была скромной. Кровать с однотонным белым покрывалом, белые стены. Возможно, там висела какая-то картина, но вряд ли. Ничего такого не помню. На тумбочке у кровати валялась книга. Я ее как-то открыл и сразу положил на место. Сосредоточиться совершенно не получалось. И все то, что я ощущал, невозможно было выразить словами, потому что это было за пределами слов. Я в буквальном смысле не мог ничего внятно описать. Боль была такой, что слова казались пустыми.

Я помню, как переживал за Фиби, младшую сестру. Она была в Австралии. Я беспокоился – а вдруг с ней, ближайшим ко мне в генетическом смысле человеком, произойдет нечто подобное. Мне хотелось поговорить с ней, но я не мог. Я помню, как мы вместе садились, ели лапшу быстрого приготовления и по кругу смотрели кино – «Бриолин», «Грязные танцы», «Изгой», «Клуб “Завтрак”». Еще в детстве, в нашем доме в Ноттингемшире, мы изобрели целую систему разговоров перед сном, перестукиваясь через стену между нашими комнатами. Теперь же я лежал и стучал в матрас, представляя, что она слышит меня на другом конце мира.

Тук. Тук. Тук.

У меня в голове не было терминов вроде «депрессия» или «паническое расстройство». В своей смешной наивности я всерьез думал, будто все, что я тогда переживал, было состоянием, которого никто другой никогда не испытывал. Это состояние было настолько чуждым мне лично, что оно казалось чуждым вообще всему нашему виду. Я был в таком ужасе, которого не знал никогда в жизни.

– Андреа, мне страшно.

– Все хорошо. Все будет хорошо. Все будет хорошо.

– Что со мной?

– Я не знаю, но все будет хорошо.

– Я вообще не понимаю, что со мной происходит.

А на третий день я вышел из комнаты, потом покинул виллу и отправился себя убивать.

Почему депрессия так трудна для понимания

Она невидима.

Она – не «печальное настроение».

Это неправильное название. Само слово «депрессия» наводит меня на мысль о спущенной шине, о чем-то дырявом и неподвижном. Может, так ощущается депрессия минус тревога, но вот депрессия, пронизанная страхом, не кажется чем-то плоским и статичным. (Поэтесса Мелисса Бродер однажды у себя в блоге написала так: «Какой идиот назвал это “депрессия”, а не “у меня в груди живут летучие мыши, и они занимают слишком много места. P. S. Я вижу тень”?») А в худшие дни ты отчаянно желаешь, чтобы случилось какое-нибудь другое горе, чтобы пришла физическая боль, потому что разум безграничен, и его страдания – когда они случаются – тоже становятся безграничными.

Быть счастливым при наличии депрессии – это как быть трезвым алкоголиком.

И очевидная причина у нее есть не всегда.

Иногда причины очень медленно раскрывают себя. Например, выгорание от постоянных попыток делать вид, что у меня нет СДВГ³ и аутизма, которые на тот момент еще не

³ Синдром дефицита внимания и гиперактивности.

были диагностированы, – возможно, это оно спровоцировало депрессию, но я-то не догадывался.

Она бывает у разных людей – у людей с красивыми волосами, у людей, счастливых в браке, у людей, получивших повышение по службе, у людей, которые умеют танцевать четку, показывать карточные фокусы или лабать на гитаре, у людей без расширенных пор на лице, у людей, которые публикуют радостные статусы один за другим, – в общем, у тех, кто с виду вроде как совсем не имеет оснований считать себя несчастным.

Она загадочна даже для тех, кто от нее страдает, потому что в этой загадке – ее сила. Она обращается и видоизменяется.

Когда через все это проходишь, физически невозможно внятно артикулировать свое состояние. Когда тонешь, хочется только удержаться на поверхности, и совершенно нет сил объяснять, как ощущается утопление. А поскольку непосредственно в моменте все ощущается очень остро, запомнить это тоже непросто, потому что вся остальная жизнь кажется совершенно другой.

Прекрасный вид

Солнце палило нещадно.

Воздух пах соснами и морем.

Море было рядом, прямо под скалой. А скала заканчивалась обрывом всего через несколько шагов. Примерно двадцать. У меня был единственный план – сделать двадцать один шаг в ту сторону.

– Я хочу умереть.

У моих ног вертелась ящерица. Настоящая ящерица. Мне стало немного стыдно. Дело в том, что ящерицы себя не убивают. Ящерицы – выживальщики. Им отрывает хвост – на его месте вырастает новый. Они не ноют. У них не бывает депрессии. Они просто как-то справляются, какой бы суровой и враждебной ни была среда. Больше всего на свете мне хотелось стать этой ящерицей.

Вилла осталась позади. Лучшее место из всех, где я когда-либо жил. Впереди же простирался прекраснейший из видов, который я когда-либо наблюдал. Сверкающее Средиземное море, похожее на бирюзовую скатерть, усыпанную крошечными бриллиантами, отороченную извилистой береговой линией с известняковыми скалами и почти белыми закрытыми пляжами. Она соответствовала любому из определений прекрасного. Я никогда в жизни не видел чего-то

столь же красивого. Но даже эта ни с чем не сравнимая красота не избавила меня от желания себя убить.

Примерно за год с лишним до этого я писал магистерскую работу и много читал Мишеля Фуко. Особенно «Историю безумия в классическую эпоху». Там он выдвигает идею, что безумию стоит позволить оставаться безумием. Что пугливое и репрессивное сообщество называет любую инакость болезнью. Но у меня была *именно* болезнь. Не просто какие-то безумные мысли. Не легкая шизанутость. Не то состояние, когда читаешь Борхеса, или слушаешь Капитана Бифхарта, или куришь трубку, или ловишь глюки в виде гигантского батончика «Марс». Это была боль. У меня все было хорошо, а потом вдруг совершенно внезапно стало плохо. Я был не в порядке. Соответственно, я был болен. Не имело значения – это общество так решило или наука недоработала. Я просто не мог – *был не в состоянии* – терпеть эти ощущения еще хоть секунду. Я должен был покончить с собой.

Именно это я и собирался сделать. В то время как моя девушка в полном неведении сидела на вилле, думая, что я просто вышел подышать свежим воздухом.

Я шел, считал шаги, потом сбился со счета, мысли разлетелись.

– Не трясись, – сказал я себе. Или мне кажется, что сказал. – Не трясись.

Я дошел до края обрыва. Я мог прекратить свои мучения, сделав еще один шаг. До смешного просто: всего шаг против

боли существования.

А теперь послушайте. Если вы думали, что человек с депрессией хочет чувствовать себя счастливым – вы ошибались. Ему совершенно наплевать на такую роскошь, как счастье. Он мечтает только об отсутствии боли. О том, чтобы мозг перестал пылать, чтобы мысли перестали вспыхивать и дымиться, как старые пожитки в пожаре. Он хочет быть *нормальным*. Или, поскольку нормальность невозможна, стать *пустым*. А я мог стать пустым только оборвав свою жизнь. Один минус один равно ноль. Но вообще-то это не было легко. Самое странное в депрессии – это то, что даже при наличии суицидальных мыслей страх смерти никуда не исчезает. Разница только в том, что стремительно усиливается лишь боль жизни. Так что, если вам сообщают, что кто-то убил себя, важно понимать, что этот человек боялся смерти ничуть не меньше. Он не делал никакого «выбора» в смысле морали. Морализаторство тут ведет только к непониманию.

Так вот, я постоял на месте. Сперва собирался с мужеством, чтобы умереть, потом собирался с мужеством, чтобы жить. Быть. Или не быть. Смерть была совсем рядом. Еще капля страха – и чаши весов качнулись бы. Наверное, в какой-то из вселенных я сделал шаг, но в этой – нет.

У меня были мама, папа, сестра и девушка. Целых четыре человека, которые меня любили. И в тот момент я безумно желал, чтобы у меня вообще никого не было. Ни души.

Именно любовь удерживала меня. Они-то как раз не знали, каково мне, что творится у меня в голове. Может, если бы они минут на десять смогли пробраться в мой мозг, то сразу бы такие: «О, ну да, ну да, конечно. Прыгай, ага. Ты ни в коем случае не должен терпеть такую боль. Разбегись, прыгни, закрой глаза – просто сделай это, и все. В смысле, если бы ты реально горел, я бы тебя одеялом потушил, но твой огонь невидим. Тут ничего не поделаешь. Давай, прыгай. Или дай пистолет, и я тебя пристрелю. Эвтаназия».

Но оно же не так работает. При депрессии твоя боль невидима.

А еще, если честно, мне было страшно. Вдруг я не умру? Вдруг меня просто парализует, и я, обездвиженный, застряну в этом состоянии навсегда?

Мне кажется, жизнь всегда подбрасывает нам причины не умирать, если хорошо вслушаться. Эти причины могут исходить как из прошлого – например, от людей, которые нас вырастили, от друзей или возлюбленных, так и из будущего – из возможностей, которые мы отсекаем.

Так что я остался жить. Я повернул обратно к вилле, и в итоге меня просто вытошнило от пережитого стресса.

Разговоры сквозь время – часть первая

ПРОШЛЫЙ Я: Хочу умереть.

НЫНЕШНИЙ Я: Но ты не умрешь.

ПРОШЛЫЙ Я: Это ужасно.

НЫНЕШНИЙ Я: Нет. Это замечательно. Поверь.

ПРОШЛЫЙ Я: Я не справляюсь с болью.

НЫНЕШНИЙ Я: Знаю. Но придется справиться. И эта игра стоит свеч.

ПРОШЛЫЙ Я: Почему? Что, будущее настолько радужное?

НЫНЕШНИЙ Я: Нет. Разумеется, нет. Жизнь не бывает идеальной. Меня все равно временами накрывает депрессивное настроение. Но мне лучше. Боль уже не бывает настолько сильной. Я разобрался в себе. И я счастлив. Прямо сейчас я счастлив. Буря заканчивается. Верь мне.

ПРОШЛЫЙ Я: Не верю.

НЫНЕШНИЙ Я: Почему?

ПРОШЛЫЙ Я: Потому что ты – из будущего, а у меня нет будущего.

НЫНЕШНИЙ Я: Я же тебе только что объяснил...

Таблетки

Я несколько дней толком не ел. Я не замечал голода из-за всей той дряни, которая происходила с моим телом и разумом. Андреа велела мне поесть. Пошла к холодильнику и принесла пакетик готового гаспачо.

– Пей, – сказала она, открутила крышечку и подала мне суп.

Я глотнул. И в тот же миг, едва распробовав, я вдруг осознал, насколько проголодался, так что глотнул еще. Я выпил примерно половину пакетика, а потом выбежал на улицу, и меня снова вырвало. Полагаю, рвота после готового гаспачо «Дон Симон» не может считаться самым достоверным в мире признаком болезни, но Андреа не собиралась рисковать.

– О господи, – сказала она. – Поехали.

– Куда? – спросил я.

– В больницу.

– Меня там будут пичкать таблетками, – возразил я. – А я не могу глотать таблетки.

– Мэтт. Таблетки тебе *нужны*. Ты сейчас не в том положении, чтобы отказываться от таблеток. Мы едем, окей?

Я тут поставил вопросительный знак, но, вообще-то, не могу сказать, что это был именно вопрос. Не знаю, что я тогда ответил, но знаю, что в больницу мы поехали. И что мне выдали таблетки.

Доктор осмотрел мои руки. Они тряслись.

– Как долго длился ваш приступ паники?

– Да он и не прекращался. У меня сердце все еще выскакивает. И мне не по себе.

«Не по себе» не было даже приблизительным описанием. Хотя не припоминаю, чтобы я еще что-то объяснял. Речь вообще стоила мне огромных усилий.

– Это адреналин, вот и все. Что у вас с дыханием? Вы слишком интенсивно дышали?

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.