

УДК 821.16.1-94+61  
ББК 84(2Рос=Рус)6+5  
С59

**Соколов, Ярослав Андреевич.**  
С59 **Жил на свете человек. Как мы стали теми, с кем родители говорили не общаться / Ярослав Соколов. — Москва : Эксмо, 2021. — 360 с. — (Книги Ярослава Соколова. Истории, которые помогают оставаться людьми).**

«Жил на свете человек» касается каждого из нас сильнее, чем кажется. Это книга судей многих людей и нас с вами. Это признания в том, как иногда нужно отвоёвывать свое право на жизнь. О том, как трудно быть и называться Человеком. Истории, которые помогают нам оставаться живыми, истории, на которые мы не имеем права закрыть глаза.

УДК 821.16.1-94+61  
ББК 84(2Рос=Рус)6+5

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

Научно-популярное издание

КНИГИ ЯРОСЛАВА СОКОЛОВА. ИСТОРИИ, КОТОРЫЕ ПОМОГАЮТ ОСТАВАТЬСЯ ЛЮДЬМИ

**Соколов Ярослав Андреевич**

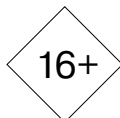
**ЖИЛ НА СВЕТЕ ЧЕЛОВЕК**

**КАК МЫ СТАЛИ ТЕМИ, С КЕМ РОДИТЕЛИ ГОВОРИЛИ НЕ ОБЩАТЬСЯ**

Директор редакции *Р. Фасхутдинов*. Руководитель медицинского направления *О. Шестова*  
Руководитель проекта *О. Шершнева*. Ответственный редактор *Д. Никищенко*  
Научный редактор *В. Романова*. Художественный редактор *П. Петров*  
Компьютерная верстка *О. Крайнова*. Корректоры *О. Пономарев, В. Елетина*

Страна происхождения: Российская Федерация  
Шығарылған елі: Ресей Федерациясы

В коллаже на обложке использованы фотографии:  
realeon8211, New Africa, svitlini, Aleksei Golovanov / Shutterstock.com  
Используется по лицензии от Shutterstock.com



ООО «Издательство «Эксмо»  
123308, Россия, город Москва, улица Зорге, дом 1, строение 1, этаж 20, каб. 2013.  
Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)

Финансир.: «ЭКСМО» АКБ, Беларусь.

123308, Ресей, қала Мәскеу, Зорге көшесі, 1 үй, 1 қимарат, 20 қабат, офис 2013 ж.  
Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)

Тығар белгісі: «Эксмо»

Интернет-магазин: [www.book24.ru](http://www.book24.ru)

Интернет-магазин: [www.book24.kz](http://www.book24.kz)

Интернет-дүкен: [www.book24.kz](http://www.book24.kz)

Импортер в Республику Казахстан ТОО «РДЦ-Алматы».

Қазақстан Республикасыдағы импорттаушы «РДЦ-Алматы» ЖШС.

Дистрибутор и представитель по приему заказов на продукцию,

в Республике Казахстан ТОО «РДЦ-Алматы»

Қазақстан Республикасында дистрибутор және өнім бойынша арна-талатпады

кабиндүзінген өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС.

Алматы қ., Дембровский көш., 3-н, ғитте Б, офис 1.

Тел.: 8 (727) 251-59-90/91/92. E-mail: [RDC-Almaty@eksmo.kz](mailto:RDC-Almaty@eksmo.kz)

Өнімнің қарамадық мерзімі шектелмеген.

Сертификация туралы ақпарат сайты: [www.eksmo.ru/certification](http://www.eksmo.ru/certification)

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ

о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Эксмо»

[www.eksmo.ru/certification](http://www.eksmo.ru/certification)

Өндiрген мемлекет: Ресей. Сертификация қарастырлмаған

Дата изготовления / Подписано в печать 12.04.2021. Формат 60x90<sup>1/16</sup>.  
Печать офсетная. Усл. печ. л. 22,5. Тираж экз. Заказ

ISBN 978-5-04-117947-2



9 785041 117947 >

ISBN 978-5-04-117947-2



eksmo.ru

ЧИТАЙ-ГОРОД

Официальный  
интернет-магазин  
книг  
«ЭКСМО»

book 24.ru

© Соколов Я. А., текст, 2021

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2021

# СОДЕРЖАНИЕ

ЧАС ДО ПОЛУНОЧИ	7
Бой с тенью. Анна	9
Слышать сердце. Михаил	12
Куда кривая вывезет. Антон	20
Из жизни черных дыр. Олеся	29
Спаси себя сам. Антон	37
Зависимые друг от друга	39
ЛИШНИЕ ЛЮДИ	41
Invalidus	43
Наказание без преступления	44
Другая жизнь. Светлана	48
На изломе судьбы. Артур	59
Общество с ограниченными возможностями	68
ГОРЕ ОТ УМА	71
Модный сплин	73
Эпидемия XXI века	75

Хард и софт. Андрей	79
Нет выхода. Мила	85
Искры устремляются вверх. Людмила	93
Разруха в головах. Владимир	101
Выбраться из западни. Наталия	104
ДРУГОЙ МИР	111
Зрячие слепцы	113
В подземелье	115
Другой мир	120
Сказки и шоколад	124
Чем лучше узнаю людей...	130
Изолятор	137
Каждому свое	147
ВЗАПЕРТИ	149
Красота и уродство	151
Мир, придуманный не нами	152
Непосильная ноша. Карина	154
Serebrum	161
Обжалованию не подлежит. Лариса	163
На скрюченной дорожке. Женька	167
В ответе за тех, кто... Евгений	176
Один в поле. Тихон	180
Мы есть друг у друга	188

НЕСЛАДКАЯ ЖИЗНЬ	191
Знание есть сила	193
На игле. Лена	196
Между Сциллой и Харибдой. Оля	200
Принять себя. Катя и Витя	206
Отцы и дети. Иван	217
Зловещая долина	220
В ПОИСКАХ ГАРМОНИИ	225
Печальные рекорды	227
Корни и побеги	230
Пищевой разврат	233
Рядом с тобой. Данила	237
Изменяя себя, меняешь мир. Борис	244
Забота садовника	251
Сам себе Мюнхгаузен	254
ЛЮДИ КАК ДЕТИ	257
В сумрачном лесу	259
По грибы. Андрей	262
В домике. Ульяна	268
Потоки и стремнины	276
Пограничье	282
Нараяма	286

РОДОМ ИЗ ДЕТСТВА	289
Причины и последствия	291
Я в этот мир пришел	292
Стресс как норма	295
Эрзац-жизнь	299
Старый доктор	305
Дети Земли	310
Почему мир без нежности?	318
ЕХАЛ ГРЕКА ЧЕРЕЗ РЕКУ	323
Ниоткуда и ни за что	325
Под ударами судьбы	328
Вино вины. Николай	331
Как в сказке. Иван	340
Конец всем болезням	345
Cui prodest	350
АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ	353

ЧАС ДО ПОЛУНОЧИ



Проблема алкогольной и наркотической зависимости — большая, многогранная, сложная тема. И очень часто, как в случае с айсбергом, люди замечают лишь ее малую видимую часть, не желая разглядеть скрытого в глубинах. Иногда кажется, они убедили себя, что «если я чего-то не вижу, значит, этого вовсе не существует». Вот только подобная страусиная логика никогда не спасала от ударов судьбы, которая бьет свою серию пенальти без промаха. Такие удары всегда весьма неожиданны и очень тяжелы. А мы, к сожалению, стараемся не обращать внимания на такие проблемы, если они не касаются лично нас или наших близких.

## Бой с тенью. Анна

Одна тургеневская барышня тут не так давно меня спросила, видимо, желая как-то уязвить: было ли у меня детство? Дескать, бывает ли оно вообще у таких, как я, отбросов общества. И я вдруг неожиданно задумалась и начала вспоминать. Вы знаете, да, детство у меня определено было, я тоже в свое время бегала по двору с содранными, густо намазанными зеленкой коленками, прыгала через скакалку, играла в классики... Сейчас люди отгораживаются от меня, предпочитают не замечать, будто меня не существует. Даже те, кто был со мной знаком много лет. Словно мне поставили на лоб



позорное клеймо — наркоман. Наверное, им так удобнее. Видимо, я теперь просто выбилась из привычного для них мира, и они не хотят пускать меня назад. Как в детстве, когда остаешься вечером одна и боишься открыть дверь — а вдруг там монстр? Я их не виню. Сейчас уже понимаю, что они во многом правы, ведь еще недавно я и была таким монстром.

---

Нет, не так, не я сама — я лишь подпустила этого монстра слишком близко. Так близко, что он в конце концов стал моей тенью...

---

Любая дорого одетая девица или какой-нибудь шлопай, провернувший пару успешных сделок и считающий, что весь мир у него в кармане, те, что в погожий летний вечерок сидят в кафе на Патриарших, уверены: уж с ними-то ничего такого точно никогда не произойдет. Они искренне убеждены в собственной исключительности и в том, что подобная грязь их не коснется. Напрасно. Я встречала наркоманов, которые когда-то были на самой вершине общества, — киноактеры, политики, бизнесмены. Болезнь не щадит никого. Именно болезнь. Сначала тебе хорошо, ширнувшись, ты ловишь кайф, забываешь свои проблемы и просто становишься счастливым. Ну в самом деле, что может быть плохого, если я немного расслаблюсь, сниму стресс, восстановлю силы, а потом вновь вернусь к обычным делам? Ведь я же всегда смогу вернуться, я сильная, ведь это я!

А потом этот вирус незаметно проникает в тебя и становится все сильнее, да так, что спустя некоторое время уже он тобой управляет. И ты, как послушный раб, выполняешь все, что он укажет, катишься в такую

темень, куда по собственной воле ни за что и никогда бы не сунулся. И вот это уже болезнь. Ведь на самом деле я такая же, как и все, просто мне в какой-то момент сильно не повезло.

Одно время, уже лежа на койке в наркологическом центре, я часто думала: может быть, со мной что-то не так? Почему жизнь именно меня окунула в эту бочку с помоями? Чем я такое заслужила? Что сделала плохого? Ведь не была же я уж совсем конченной дрянью. Да и жизнь поначалу вроде бы успешно складывалась. За что? Да, возможно, я бывала излишне беспечна, самонадеянна, да и многие другие грешки за мной водились, но не больше, чем у других. Бесплезно, конечно, так себе голову ломать, хотя в чем-то это порой и помогает разобраться. Помню, как-то в процессе подобного самокопания невесть откуда пришла детская считалочка: «Сорока-ворона кашу варила, деток кормила. Этому каши дала, этому каши дала... А этому не дала...» Вот, видимо, мне как раз и не дала. Как-то так.

Конечно, в какой-то момент пытаешься сама с этой заразой бороться, но не слишком серьезно: ведь ты же полностью уверена, что всегда сможешь легко завязать. Только пусть это будет не сегодня — вот завтра или там через недельку и брошу, не вопрос! Но проходит день, неделя, месяц, а ничего не меняется. И так до тех пор, пока не подступает край. Когда ты просто стоишь у черты, а за этой чертой бездна. И не та, воображаемая, что в книжках или в фильмах, а совершенно-совершенно реальная. А жить тебе теперь всего-то ничего, а потом эта самая бездна холодная тебя просто разорвет, поглотит, развеет. И не останется от тебя совсем ничего. Вот тут и приходит страх. Настоящий страх. Для многих, правда, это уже слишком поздно бывает. Прямо как в детской сказке: остался тебе

ровно час до полуночи, а в полночь твоя карета превратится в тыкву... Ну а ты сам — в черепки, в пепел, а может, и пепла не останется.

---

И никакой принц тебя уже не спасет. Тогда вот и понимаешь, что без посторонней помощи теперь никак не выжить.

---

Не всем удастся эту помощь получить. А тем, кому все же повезет, предстоит настоящая борьба. Ты будешь бороться не только за свою жизнь, а за все свое естество — за себя самого, того, кем ты был, прежде чем стать рабом этой дряни. За свою память, за те годы, которые прожил раньше, за детство, живущее еще где-то в тебе самом, просто за самую возможность дышать — пить этот воздух мелкими глотками, как воду, и жить. Бороться с этой гадостью очень больно и порой невыносимо трудно, но выбора у тебя уже нет. И ты борешься, цепляешься за свой мир ногтями и зубами. А иначе просто нельзя. А иначе зачем все это тогда вообще?

## Слышать сердце. Михаил

Каждого человека жизнь вразумляет по-разному. Кто-то поймет, задумается. Может, что и в себе изменить попытается, а другие дальше бегут, не замечают. До тех пор пока сами, словно тараканы с кухонного стола, в пропасть не попадают, как говаривал булгаковский генерал Хлудов. Я и сам так же бежал. Долго бежал. Пока не стукнулся лбом о стену реальности, которую до того

просто старался не замечать. Это я сейчас себя по-другому не мыслю, а раньше все заработать побольше хотел — то на квартиру, то на машину, то еще на что. Бизнес. В этом весь смысл и был, остальное на потом откладывал. Но жизнь иначе решила.

Сказал бы мне кто в той, прошлой моей жизни, что я волонтером в Центр для наркозависимых пойду, я бы ему в лицо рассмеялся. Весь такой крутой был, на понтах — модные тачки, модные шмотки, модные ту-совки. Даже когда родители в автокатастрофе погибли, это меня не вразумило. Погоревал, поплакал и вновь на свой старый круг вернулся.

Из близких тогда у меня лишь брат младший остался. Это я так его сам называл, а на самом деле старше я был всего-то на пять минут. Близнецы мы были. Хотя и не сказать, что уж очень походили друг на друга. С самого детства и внешне, и по поведению — во всем разные. Павел, он всегда тихий, задумчивый какой-то был, мечтатель. А я драчун, задира, вечно со свежими ссадинами и царапинами да с новыми дырками на штанах и рубашках. Хотел всегда и во всем оставаться первым. Защищал его от пацанов дворовых, как же иначе. Постепенно и привык быть по жизни для него старшим братом. Да и он не возражал никогда.

Вот так и получалось, что после смерти родителей одни мы друг у друга остались. В то время я это, конечно, умом знал, но понимать начал уже гораздо позже. Справили мы поминки, и я вернулся в Москву к своему успешному бизнесу. А Павел остался в нашем маленьком провинциальном городке. Как там и что пошло не так, теперь я уже наверняка никогда не узнаю. Вот только надломила его гибель родителей, и он от этого, судя по всему, так и не оправился. А я как-то все это проглядел, не заметил, ну или не захотел заметить, ведь у меня

в то время была целая куча таких неотложных и, как казалось, столь важных дел. Ну а он промолчал. Как обычно. Он ведь всегда был молчуном и тихоней. А потом уже все как-то само закрутилось.

Мне тогда из клиники позвонили, что передоз у него. Спасибо, соседка заметила, что дверь открытой была, да скорую вызвала. Едва откачали. Сказать, что это случилось для меня неожиданно, значит, ничего не сказать — как обухом по голове огрели. Чтобы мой Пашка и колотья начал — да ни в жизни, это просто невозможно! Я, конечно, все дела бросил, сел в машину, и по газам.

Захожу в палату — лежит весь бледный как смерть под капельницей. Мой Пашка. Но какой-то и не мой, словно подменили.

---

В глазах что-то засело такое странное, незнакомое. То ли безразличие, то ли тоска.

---

Он там весь курс в местном наркологическом отделении отлежал. А я остался в родительской квартире и почти каждый день к нему приходил. Говорили о многом. Все вроде бы постепенно налаживалось. Когда Павла выписали, я еще недельку в нашем городке прожил. А потом он как-то раз и говорит: «Чего ты здесь со мной как нянька сидишь? Своих дел, небось, полно. Все уже в порядке, правда. Да и вообще это по глупости случайно произошло. Ну какой я наркоман? Так, попробовал разок. А теперь навсегда желание отшибло. Веришь?» Ну я и поверил. Дождался, когда брат на работу выйдет, и укатил себе спокойно в Москву.

...Теперь позвонила уже соседка, баба Нина, та самая, что в прошлый раз скорую вызвала. Я перед отъездом ей номер телефона свой оставил. Рассказала, что видела брата чуть тепленьким с какими-то оборванцами и что дома он уже пару дней не появлялся. Набрал сразу же Павла — мобильник отключен, домашний не отвечает. Пришлось все бросать и в спешном порядке выезжать на место.

Зашел я в родительскую квартиру и не узнал ее. Все, что представляло хоть какую-то ценность, исчезло. Голые стены, пара пустых шкафов, обшарпанный диван да кухонный столик. Как будто Мамай прошелся. Но, что еще хуже, квартира была в такой дикой грязи, словно этот самый Мамай не просто прошелся, а еще минимум на недельку устроил себе там стойбище вместе со своим войском и лошадьми.

Как я Павла искал — отдельный рассказ. Поднял на уши всех своих знакомых и в полиции, и среди бандитов местных. Сколько всевозможных притонов и наркоманских квартир мне тогда пройти пришлось, и тот ужас, который я там увидел, даже вспоминать не хочется. Никогда бы не подумал, что в таком небольшом городке может быть столько наркоманов. По счастливой случайности Павла удалось найти в каком-то частном домишке, недалеко от города. В совершенно невменяемом виде.

Я его погрузил в машину и погнал в местную больницу. Там брата под капельницей прочистили, привели немного в порядок, и я забрал его с собой в Москву, не стал уже на местных эскулапов полагаться. Устроил Павла в хороший Центр для наркозависимых, и постепенно все вроде бы пошло на лад, хотя далеко не сразу.

О многом мы с братом откровенно поговорили: как, почему у нас так получилось? Мне все понять

хотелось, чего ему, образованному человеку из хорошей семьи, не хватало. Естественно, что потеря родителей — это горе. Но не причина, из-за которой стоит колотиться и превращаться в зомби, ломать свою жизнь. Родители ничего подобного даже вообразить бы не смогли. Так горю точно не поможешь.

Увиденное, а потом и осмысленное так меня задело, что, можно сказать, перевернуло мой привычный мир с ног на голову.

Тогда же я договорился с врачами в Центре, где лежал брат, что буду помогать за ним ухаживать, стану его персональным волонтером, или, как они там называли, помощником. Со своей работой я все решил и теперь мог время от времени оставаться в Центре. Врачи для меня там даже краткую лекцию прочитали, как себя следует вести в тех или иных случаях, ну и так далее. За что я им был очень благодарен. Вообще, от медперсонала клиники у меня осталось положительное впечатление, на себе почувствовал их человеческое отношение и к пациентам, и к их родственникам. В наше время это, увы, редкость.

Я всю свою жизнь считал, что наркоманы, торчки, алкоголики — это обычные отбросы общества, лишённые каких-либо интеллектуальных, душевных и волевых качеств, недотягивающие до нормальной человеческой планки. Что уж у них там не так, то ли генетика подкачала, то ли в детстве головой ударились, но в любом случае это те, кто и сам не может жить нормально и других в свое болото тащит.

Естественно, так думал не я один, это достаточно устойчивый штамп, укоренившийся в обществе как минимум с начала девяностых и очень активно поддержанный всеми нашими СМИ. Что называется, большинству приличных людей рекомендовано было думать именно так.