

16+



Дмитрий Ситько

Fifty

(Записки мужчины среднего возраста)

Дмитрий Ситько
Fifty: Записки мужчины
среднего возраста

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=63353086

SelfPub; 2020

Аннотация

Пятьдесят – экватор жизненного пути, время, когда мы все чаще оглядываемся назад, подводим итоги, анализируем свой жизненный путь. Кто-то подходит к этому возрасту с тревогой и сомнениями. А кто-то – с благодарностью за жизненный опыт и позитивной уверенностью, что всё самое интересное только начинается. Книга представляет собой серию автобиографических очерков. В ней собраны размышления, воспоминания, диалоги, попытки ответить на вопросы, которые рано или поздно встают перед каждым человеком. Это неспешный дружеский разговор о жизни, о времени, о счастье, о себе. Автор бережно, с любовью к деталям воссоздает атмосферу ушедшей эпохи и показывает, каким интересным и насыщенным может быть настоящее в любом возрасте.

Содержание

О себе	4
Про периоды в жизни	4
Непростые решения	9
Цели	14
Своя правда	22
Все лучшее детям	30
Когда все плохо	37
Когда мы задумываемся о здоровье	44
Купил кроссовки	50
Спорт	57
Стать лучше	63
Фотография	71
Голубой берет	77
Экзамен	85
Конец ознакомительного фрагмента.	91

Дмитрий Ситько

Fifty: Записки мужчины среднего возраста

О себе

Про периоды в жизни

*Призрачно все в нашем мире бушующем,
Есть только миг – за него и держись.
Есть только между прошлым и будущим,
Именно он называется жизнь...
(Песня из к/ф «Земля Санникова»)*

Мы часто делим жизнь на периоды – детство, отрочество, юность. А эти строчки из любимой песни напоминают, что жизнь – это то, чем живешь непрерывно, от первого вздоха до последнего, прямо сейчас, день за днем, из года в год. Я не делю свою жизнь на какие-то периоды, дискретные отрезки. Для меня их нет. Хотя какое-то время я тоже думал, что они существуют.

Почему я сейчас об этом пишу? Мой миг прекрасен и

многообразен. В прошлом году я впервые обратился к психологу. Причина простая – аэрофобия. Но в процессе общения я понял, что мне сложно себя лично идентифицировать. Кто я? Каким себя вижу? Это подтвердили тесты. Чтобы ответить на эти вопросы, придется отмотать пленку назад.

Я рос мальчиком в семье советских инженеров в маленьком провинциальном городке. Жизнь там была сконцентрирована вокруг двух заводов.

Подробности своего взросления я помню крайне плохо. Вот некоторые вспышки воспоминаний. Тусклый свет в маленькой квартирке. Я сижу в санках, а папа везет меня по темной тропинке. Голые деревья, редкие фонари и слякоть. Парк, тишина, младший брат Сережа в коляске. Садик «Теремок», шумная толпа ребятишек, строгая воспитательница. Деревня Фоки, запах деревенского утра, парное молоко, ласковые баба Люба и дед Павел.

Потом школа, звенящая тишина в классе, постоянно пачкающаяся ручка. Анна Павловна Кулагина, моя первая учительница – строгая, с белоснежными седыми волосами. Режим, нудные уроки, первая двойка, октябрятская звездочка. О да, меня выбрали первоклассником, который давал последний звонок! Это такая минута славы, когда на тебя смотрят и восхищаются, а ты сидишь на плече и даришь оглушительный звон старшим дядям и тетям, они хлопают, умиляются, а тебе хорошо.

Скучная учеба, а вокруг жизнь бьет ключом. Жара летом

и угнетающий сумрак зимой. И яркими точками на полотне жизни становятся семейные праздники, Новый год, поездка с папой в Москву, прогулка по морозной столице, первое впечатление от ВДНХ, ракета, царь-пушка, музей Ленина, красный галстук, поездка в Чехословакию, драматический кружок в клубе завода «Электрокабель», первые роли, аплодисменты, первая влюбленность. Первая смерть, Чернобыль, фестиваль молодежи, экзамены, присяга, ВДВ, первый прыжок, первое поражение и резкий поворот в жизни, ГК-ЧП, завод, любовь, Таня, свадьба, первый сын Рома, отдел маркетинга, заграникомандировка, Павлик, Москва, карьера, признание, выборы, директор по маркетингу, второй поворот, ЦНИТАМШ, умер папа, у нас родилась Вероника, свобода выбора, расставание с прошлым.

Такая вот кинохроника моей жизни. Просматривая эти кадры раз за разом, я понял одну вещь. Если иногда мне казалось, что все вокруг скучное и серое – я ошибался. Любая серость исчезает под вспышками ярких воспоминаний. И все прекрасные моменты зависят только от моего отношения к ним.

Сейчас я уже взрослый дядя, которым не мог себя представить в голозадом детстве. Мои сыновья и их сверстники часто задают мне вопросы о жизни, моей в частности и жизни человека вообще. И в этих разговорах я не столько делюсь своим опытом и даю советы, сколько заново смотрю на свою жизнь и нахожу ответы на многие вопросы, которые волно-

вали и меня.

Вот и появилась идея собрать эти вопросы и ответить на них – открыто, искренне, самокритично, без пафоса и самолюбования, делая работу над ошибками, не убегая от правды, какой бы она ни была...

Может, это и не ответы, а личный взгляд на различные стороны нашей сложной и прекрасной жизни – на отношения между людьми, на политику и религию, на работу и семью. Может, так я и получу окончательный ответ на вопрос – кто же я. Хотя, с другой стороны... И на плече выпускника, и под куполом парашюта, и в директорском кабинете, в депутатском кресле, у детской кроватки, под одеялом с любимой, на море с детьми был один и тот же Дима Ситько. И нет никаких периодов! Есть прекрасная жизнь, которой мне хочется поделиться.



Непростые решения

С чего начать? С чего начать... Такое непростое состояние, когда тебе хочется что-то поменять в своей жизни. А может, не стоит менять? А может, все хорошо? Тогда зачем я раз за разом оказываюсь у черты, за которой начинаются перемены? Откуда берется эта странная тяга к переменам и страх перед неизвестностью? Почему с возрастом мы все реже идем на авантюры?

Столько ненужных вопросов останавливает человека. Пока у меня не появилась дочка, я тоже мучился этими вопросами. А потом стал замечать, что малыши каждый день совершают открытия, каждую минуту делают новые шаги, произносят новые звуки, испытывают новые ощущения. Они не думают о последствиях, а просто встают и идут, падают, снова встают, снова падают, а потом ловят момент и держат равновесие. Они даже не оценивают произошедшее, а начинают двигаться к новой цели. Для них ходьба – это способ добраться до игрушки, мамы, кровати.

У меня часто были такие моменты, уже в осознанной жизни, когда нужно было сделать шаг к чему-то новому. Конечно, я не смогу в деталях вспомнить каждый из эпизодов, но точно вспомню те ощущения, которые я испытывал при решении сделать первый шаг.

Школа. Начинать я учиться не очень здорово, первые три

класса давались нелегко. Эта техника чтения, письмо, прописи... Анна Павловна Кулагина, моя первая учительница, была строга и настойчива. Мне совсем не хотелось сидеть и начитывать эту технику, выводить скучные палочки и крючки в прописях. Но оценки в тетрадях и дневнике говорили родителям, что «успехи» их первенца – вовсе не успехи. Первый «кол» был получен еще в первой четверти первого класса. Я долго мучился мыслью, как преподнести такую новость, а потом понял, что нет смысла откладывать. Как сейчас помню, что была прекрасная погода, может, даже и выходной (боже, мы учились по субботам!). За что была поставлена позорная оценка – не помню, но зато прекрасно помню диалог с папой. Он был в прекрасном настроении, мы шли по улице, сияло солнце.

– Папа, а сколько будет два минус один?

– Один.

– Вот я сегодня такую оценку получил.

– Молодец!

Вот и все. Столько переживаний – и самое страшное уже позади. Теперь, конечно, будут наказания, возможно, даже физические, но шаг сделан. Сообщение о неудаче ушло в прошлое, появились другие задачи и цели, первое препятствие устранено, идем дальше.

И таких моментов в жизни было множество. Каждый раз я делал новый шаг и очень волновался, боялся до паники, что же будет дальше.

Это сейчас я понимаю: чтобы что-то *начать* делать – надо просто *начать* что-то делать. Об этом говорили все и всегда. «Самая длинная дорога начинается с первого шага», «Пособие для начинающих. Пункт 1. – Начните!» и так далее.

А как *начать*? Когда вокруг столько примеров неудач, столько провалов и катастроф? Потом я понял, что всех может постигнуть неудача, крах, разорение, обман, предательство, в конечном итоге, все мы умрем. Так вот, вероятность провала нас всех уравнивает в возможностях. И теперь, начиная что-то новое, я всегда себе говорю: «В любой момент события могут *начать* развиваться не так, как я рассчитывал, но у меня всегда должен быть план «Б».

План «Б» – эта спасительная штука, которая помогает двигаться. Его не может не быть. Каждый раз, делая шаг, я представляю себе самый плохой сценарий развития событий и что я в этом случае буду делать.

Только как же этот план «Б» получить? Я нашел для себя способ. Беру абсолютную противоположность позитивному результату и описываю свои действия в этой ситуации. Это простая схема построения алгоритмов «ДА» – «НЕТ». Впервые с ней я столкнулся в школе на уроках информатики, когда чертили квадратики и ромбики. Мне очень нравилась эта забавная игра – раскладывать сложную задачу на элементарные составные части. Потом в армии на отработке действий во время прыжка с парашютом нам раз за разом давали такие вводные на активацию плана «Б».

... пятьсот двадцать один, пятьсот двадцать два, пятьсот двадцать три. КОЛЬЦО! КУПОЛ! НЕТ КУПОЛА! Вращение влево! Левую руку в сторону! Посмотреть на кольцо запасного парашюта! Взяться за него правой рукой! Рвануть его изо всех сил к правой пятке! КУПОЛ!..

Две недели на подвесной системе – и я делаю это в считанные секунды. Даже сейчас, спустя тридцать лет, я помню этот сумасшедший темп.

План «Б» есть всегда, просто это не всегда тот план, который тебе может понравиться.

Я очень болезненно воспринимал даже возможность менять позитивный сценарий на негативный, но другого выхода нет. И я как тогда, в истории с «колом», принимал эту неизбежность и предпринимал все возможные усилия ее не допустить.

Вот и сейчас с коллегами или партнерами, разрабатывая новую стратегию, я уже сразу отвечаю на вопрос:

– Что мы будем делать, если у нас не получится реализовать проект?

– Мы закроем проект!

Именно так! Нет смысла говорить, что мы соберемся с силами, возьмемся за руки, встанем плечом к плечу... На самом деле все понимают, что это самое естественное решение, которое может быть. И только после этого мы начинаем готовить комплекс мер, чтобы не допустить провала или смягчить его последствия.

Такой подход очень отрезвляет коллег, любящих поиграть в игру «Что если не получится».

Всегда есть риск, что не получится. **НЕТ КУПОЛА!** Надо активировать запасной! **СРАЗУ!** Не *чего* надеяться на несработавший основной парашют!

С планом «Б» разобрались, он у нас есть. Со страхами неудач мы разобрались. Но первый шаг все равно не сделан. Почему? Что еще держит?

НЕЗНАНИЕ! Незнание, отсутствие информации, навыков не дает возможности даже подумать о чем-то новом. Иногда мы не делаем что-то новое только потому, что не знаем, как это делать. Сегодня, когда доступны любые информационные ресурсы, сложно представить, что совсем недавно элементарные знания были достоянием избранных. Основным показателем интеллекта человека была возможность запоминать информацию, а в нужный момент вспоминать усвоенный материал. Сегодня наличие огромного массива данных и достаточного простого доступа к нему высвобождает огромные ресурсы нашего мозга. Не надо запоминать, достаточно знать, где и как найти ответ на вопрос. Не знаешь? Спроси! Так просто!

Цели

Цели бывают разными. Цели-мишени на поле. Цели в бизнесе. Цели в спорте. Много целей, но объединяет их одно: в них надо попасть, их необходимо достичь.

Вот одна, далекая, еле заметная, рядом с кустом. Она мне нужна. Успокойся. Закрой глаза. Открой. Дыши спокойно. Обзор поля перекрывает черный силуэт прицела, в углублении торчит маленькая заноза мушки. Изо всей силы прижимаю приклад к плечу, АКС 74 практически становится частью меня. Это поможет сохранить направление выстрела. Выравниваю прицел с мушкой, слегка наступаю на правый нижний край мишени. Глаза как будто приближают фанерный щит. Плавно и неумолимо давлую на курок. Глаз связан с целью стальной струной. Дзынь. Фонтанчик песка, звон в ухе – слышу его до сих пор – и фанерный прямоугольник плавно валится на спину. Не меняя давления приклада и взгляда через прицел, поворачиваюсь правее. Дзынь. Вторая. Дзынь. Третья. Дзынь. Еще.

– Ситько! Вали соседние!

– Есть! – Дзынь, дзынь, дзынь...

– Курсант Ситько стрельбу окончил!

Стрелял я всегда очень хорошо из любых видов стрелкового оружия. Такая концентрация помогает мне, когда надо достичь новых целей. «Вижу цель, не вижу препятствий, ве-

рю в себя», – говорил герой Александра Абдулова из «Чародеев». Так и через стену можно пройти. Если бы всегда было так легко.

Как появляются эти цели – сам не знаю. Такие разные, что их связывает? Может, то, что они мои?

Когда у меня появляется на горизонте желаемый объект, он буквально захватывает меня *целиком*. Я начинаю просчитывать сценарии его достижения, постоянно визуализирую момент овладения, момент победы. Возникает некое ощущение тоннеля, в конце которого – заветный результат. Это мой источник энергии.



У меня было столько разных целей! Научиться подтягиваться, поступить в военное училище, победить на выборах, бросить курить... Список огромный. Достижение каждой из них меняло мою жизнь, иногда очень кардинально. Вот я – бравый десантник, а вот я у истоков первого в России отдела маркетинга на кабельном заводе под руководством Константина Дмитриевича Гаганова, вот я директор московского представительства, вот – депутат Законодательного собрания Владимирской области, директор по маркетингу. Вот я

жирная свинья, а вот стройный и подтянутый.

Заметил, что все мои цели представляют собой реальный объект или состояние. Ни одной глобальной, типа стать лучшим, покорить мир, накормить бедных, спасти заблудших. Все цели были мои и только для меня. Наверное, поэтому они и были достигнуты.

Всего ли можно достичь? Что недостижимо? Есть ли предел?

У каждого свое мнение насчет целеполагания и целедостижения. Но я уверен: достичь можно всего, чего захочешь. Все дело в правилах выбора *цели* и оценке своих возможностей. Мне чаще везет в плане соблюдения такого баланса. Бывает, что не везет, но в этом случае я достаточно быстро говорю себе, что эта цель не моя. Возможно, не моя в данный момент, а может, совсем не моя. И тогда я говорю: оставь ее, посмотри, вокруг много другого, не менее интересного. Это помогает избежать срыва.

Говорят, если чего-то не добился до определенного возраста, то уже и не добьешься. Но кто знает, чего надо было добиться к какому-то возрасту? Кто определил эти *цели* и уровни самореализации? Это просто стереотипы. Возможности, которые предоставляет технический прогресс, знания, накопленные людьми, позволяют приступить к реализации очень многих целей, в любой момент, в любом возрасте. Главное, чтобы это была конкретная реализуемая задача. Например, бросить курить. Увидеть Лондон. Прыгнуть

с парашютом...

О! Как это круто – лететь на упругих потоках ветра! Еще час назад тебя трясло в кузове «Урала», душа просила остаться на земле, отложить, пусть это случится не сейчас. Может, погода, может, техника, может, что-нибудь еще, но пусть все произойдет потом, не сегодня. Но все в порядке, и старенький Ан-2, бодро прыгая по кочкам, задирает нос и уверенно лезет в небо.

Вот рокот пропеллера стал более размеренным, и мы «ложимся в дрейф». Щупленький прапорщик, за плечами которого более десяти тысяч прыжков, накидывает на себя крохотный ранец спортивного парашюта и уверенно открывает дверь. «Не подведите меня, ребята, у меня за все время ни одного отказника не было!» Я всегда попадал на место перед дверью и видел, как выпускающий смотрит вниз, выискивая ориентиры. Команда приготовиться! Цепляем фалы за тротик, стоим, готовые к прыжку. Самолет колбасит, как электричку на стыках. Пошел! Эти длинные секунды, когда идет выброска, когда ты с последними остатками страха приставными шагами близишься к порогу. Вот нога стала на край – и страх ушел! Толчок, провал, ветер в ушах! Пятьсот двадцать один, пятьсот двадцать два, пятьсот двадцать три, кольцо! Купол! Еще провал, рывок вверх – и тишина. Удачно раскрылся! Вижу, как лихо заходит на посадку наш кукурузник. Впереди несколько спокойных минут до встречи с землей.

Есть люди, которые совершили первый прыжок в пре-

клонном возрасте, написали книгу, открыли магазин. Да вот мама моя! В свои годы и бизнесом управляет, и всякими гаджетами владеет в совершенстве, и машину водит, и на фитнес ходит. Есть и такие, кто даже свою любовь нашел на склоне лет. Я много видел влюбленных пар почтенного возраста, идущих за ручку вдоль берега моря. Тетушек в сильно помятых костюмах Евы, прикрытых модными стрингами... Нет никаких возрастных ограничений для достижения целей. Всегда есть возможность переменить свой образ жизни. Это всегда твой выбор. Я точно знаю, я пробовал.

Но есть другое! Не люблю, когда слышу: «Вот куда мне? Это уж не для меня. Такое доступно лишь избранным». А что ты сделал для того, чтобы достичь *цели*? Только мечтал или страдал? Многим хочется, чтобы их мечты осуществились сами собой или, на крайний случай, чужими руками. Наверное, в этом и есть разница между мечтой и целью. Цель – она твоя, и никто кроме тебя не придет к ней. Мечта, на мой взгляд, это нечто далекое и волшебное. Может, даже недостижимое. Мечтатель хочет ее, но ничего не делает. Цель же всегда предполагает наличие стратегии, цель реальна. Можно до бесконечности мечтать подтянуть живот и иметь широкие плечи. Но только пока не начнешь заниматься спортом, менять свой план питания и образ жизни.

Так вот! Не мечтай, а ставь цель и двигайся. А то ноют и ноют.

– Я так мечтаю разбогатеть, вот было бы здорово ни в чем

не нуждаться!

– Что для этого нужно? Деньги? Сколько? Миллион? Хочешь миллион? О'кей! Реши, где, как, с кем, в какое время, какими силами. И приступай к выполнению.

Не получается – анализируй ситуацию, вноси коррективы, меняй стратегию и тактику. Двигайся в направлении цели, не ищи причин свернуть или остановиться. А то – бе, бе, бебебе!

Стоит засомневаться – и все, поезд ушел. «Так погибают замыслы, размахом вначале обещавшие успех». Наша собственная неуверенность не дает осуществить задуманное.

Увлекся я достижением целей. Так ведь и вся жизнь пройдет в поиске и достижении каких-то мечтаний? Как понять, что желаемое достигнуто?

Я давно любил готовить для себя, для родных и друзей. Всегда нравилось это волшебство создания блюда, сервировки стола, подачи. Но никогда не было цели стать лучшим поваром. Да я люблю этот процесс, но не приемлю соревнования в нем.

Лучшие повара, такие как Владимир Мухин, братья Березуцкие, Константин Ивлев, Джейми Оливер, Гордон Рамзи и другие стали лучшими не потому, что это была их цель, а потому, что любят свою работу и другого не представляют. То, что для других искусство – для них обычная жизнь. Посмотрите замечательный фильм «Шеф» с Бредли Купером в главной роли. Главная идея фильма буквально срывается в

конце с языка главного героя. Когда в ресторан приходят люди из Мишлен и все ждут особого режима, он говорит совершенно спокойным голосом: «Работаем как обычно». Я всегда говорил моим гостям, нахваливающим мои блюда, в ответ на похвалы в профессионализме: «Нет, я не профессионал. Я могу приготовить вкусно, даже очень вкусно, но профессионал сможет это повторить в любой момент, а я – нет».

Может, не стоит тратить время на поиск целей и достижение победы? Может, счастливая жизнь и есть цель?

Наверное, быть счастливым поваром лучше, чем быть лучшим в мире поваром.

Наверное, поэтому мои цели вполне материальны, они помогают мне вместе делать мою жизнь насыщенной, яркой и бесконечной.

А вообще, у жизни нет цели, она сама и есть цель!

Своя правда



Бывает же такое. Живешь себе, никого не трогаешь, ходишь на работу, смотришь любимый фильм или потягиваешь холодненькое пиво из кружки. И вот на тебе, появляется какой-нибудь муда..., простите, нехороший человек и превращает на какое-то время твою жизнь в сюрреалистичный ад. Такое случилось и раньше. Погожим солнечным днем мы собираемся всем большим семейством – мама, папа, я, Таня – поехать куда-то. То ли на шашлыки, то ли во Владимир за покупками. Мы с папой уже спускаемся вниз, дамы задерживаются. Вот стоит на площадке папина «пятерка». Сверкает на солнце намытым и отполированным лаком. Подходим, открываем двери. И тут, откуда ни возьмись, мужичок, весь помятый, небритый и несвежий. Обращается к папе:

– Мужик, тебе дворники не нужны? Хорошие, рублей по пятьсот отдам.

– Чего!?

Смотрим на лобовое стекло, а дворников-то нет. Точно были, а сейчас неказистые железные «поводки» упираются в стекло.

– А ну, покажи! Откуда у тебя они? Да это же мои, ах ты мошенник!

Папа деловито забирает у мужика пару своих дворников и начинает устанавливать их обратно.

– Что ты делаешь? Это не твои!

– Я сейчас милицию вызову и разберемся, где чьи.

Мужик ошарашенно отходит в сторону с оставшимися в руках другими дворниками.

– Как же вы меня кинули, – говорит он уже с грустью и исчезает так же, как и появился.

Я даже не успел сообразить, что происходит, но тут подходят мама с Таней.

– Представляете! Он мне дворники предлагает! А у меня сразу анекдот в голове, когда спрашивают: «Дрова нужны?». «Нет, не нужны». А на утро дров нет. Какой наглец! У меня украл и мне же продает.

Я эту историю часто вспоминаю, когда кто-то неожиданно предлагает мне купить то, что у меня уже есть. Тогда мы долго смеялись над незадачливым мошенником и мгновенной реакцией папы на это. Но так бывало не всегда. Помните довольно распространенные автоподставы? Мне пару раз меня угораздило оказаться в них в качестве жертвы.

Еду как-то по Москве, дорога хорошая, музыка играет, солнышко. Вот знакомый съезд к ВНИИКП на шоссе Энтузиастов. Включаю поворотник, начинаю сползать на соседнюю полосу. И тут неожиданный толчок справа и сзади. Глядь в зеркало – а там Мерседес. Ну, я в свою полосу, а он на обочину и встает. Аккуратно паркуюсь и я. Ого! Переднее крыло Мерседеса разворочено, как будто он на танк наехал. Выхожу, смотрю на свои повреждения. Хм. Легкие царапинки, тру пальцем, и они стираются. Хозяин Мерседеса с гру-

стью в голосе обращается ко мне:

– Что же вы поворотники не включаете и в зеркала не смотрите? Только машину купил, вот на учет вчера поставил. Надо же, как расходиться будем?

– Не знаю. У меня большие сомнения, что это от меня такие повреждения.

– Да вы что! У вас такой металл, а у меня на крыле тонкий алюминий. Давайте вы мне дадите пять тыщ и не будем вызывать ГАИ. По мерседесовским меркам это почти даром.

– Может, и так, но я не вижу своей вины и буду вызывать ГАИ.

Достаю телефон и звоню. Правда звоню своим знакомым, весьма опытным людям в таких передрягах. «Алло! Александр Николаевич! Тут такая история!» – начинаю я свое повествование.

– Кто такой Александр Николаевич? – заволновался пострадавший. – Что вы за люди? Неужели жалко таких денег? Сразу звонить!

Но я продолжаю свой разговор: «Да у меня все хорошо, а у него все крыло под снос! ГАИ? Понятно!»

После слов о ГАИ «пострадавший» машет рукой, садится в машину и лихо уезжает. Вот что это было? Волноваться мне? Забыть? Умом понимаю, что правда на моей стороне, не мог я так повредить Мерседес. А состояние какого-то дискомфорта, морального опустошения. А ведь кто-то заплатит. И крыло у него, скорее всего, давно такое и кормит

его изо дня в день. А потом я понимаю, что уверенность в своей правоте, как и в давней истории с дворниками, позволили мне не дать себя обмануть. Как говорил Данила Багров: «Сила в правде! Кто прав, тот и сильнее». И ведь не поспоришь. Как же так иногда бывает, что мы доверяемся муда... простите, нечестным людям, забыв о своей правоте. А они отлично манипулируют чувствами, взывают к совести, зовут подмогу.

Вот из недавнего. Бывает же такое. Продали с сыном Ромой колеса, они ему не нравились, да и денег на новые решил выручить. Приехал молодой человек с подружкой на старенькой машине. Смотрел, смотрел:

– Ок! Все устроило, беру. Вот наличные.

– Настоящие, я уже давно такие купюры в руках не держал.

– Да не волнуйтесь, хотите, через банкомат проверьте.

– Отличная идея!

Банкомат с удовольствием проглотил купюры и жужукнул в телефон, что деньги зачислились.

– Все хорошо, ребята! Хорошего дня!

– Удачи!

Вот иду и думаю: «Как хорошо, что так обошлось, а я на молодежь плохо подумал. Все в порядке». Но интересное было впереди. Часа через четыре начинают звонить покупатели. Так мол и так, резина рваная, диски с трещинами, давайте забирайте себе обратно, едем к вам, ждите!

В голове мгновенно пронеслись дрова, дворники, помятый мерседес. Я, слава Богу, давно уже водитель и имею опыт владения разными машинами и разными колесами. При таких повреждениях, как описывают покупатели, нельзя ездить, а колеса были в эксплуатации вполне успешно. А те ли это колеса? Что с ними происходило в течение последних часов, не знаю. Отдать свои деньги за испорченный товар я всегда успею.

– Нет, ребята! Ждать я вас не буду и возвращать тоже. Хотите вернуть деньги? Подавайте в суд!

Вот и звонок снизу:

– Дмитрий Валерьевич, это мы. Приехали колеса вам отдать.

Правда, на экране домофона молодой человек стоял с высоким помощником, совсем не похожим на жену.

– Я к вам не выйду. Будете прорываться, я вызову полицию.

Парни поднялись на этаж, опять звонят, опять просят открыть. Вызываю полицию, прошу прислать наряд, обещают помочь. А у меня дома Таня, Вероника. Они напуганы. А внутри прям пружина взвелась. Полиция отреагировала быстро и очень профессионально. Приехали, не дали «пострадавшим» проникнуть ко мне, взяли объяснения и успокоили меня, подтвердив мою правоту. А парни с площадки кричат:

– Как вам не стыдно, вы же такой известный человек!

А мне и правда не стыдно, не знаю, почему, но Данила Багров как будто за спиной стоит и говорит: «Спокойно, ты прав, за тобой и сила».

Все закончилось, они ушли, а на меня прямо навалилось. На следующий день на Авито появилось объявление о продаже колес. А в описании сказано, что такие отличные колеса, что сам бы ездил еще, но стиль решил поменять. А если бы я поддался? Такое неприятное опустошение от человеческой подлости, наглости и токсичности. Только вера в себя, в свою честность и правоту позволила мне и в этот раз не позволить себя обмануть. Наверное, так и должно быть. Надо всегда слушать внутренний голос. Берегите себя!

Все лучшее детям

Октябрьское серое утро. Среда. Уже рассвело. Я в угрюмом кабинете на работе. День только начался, а я уже весь как на иголках. Эсэмэска: «За мной пришли, сейчас повезут, назначили на девять». Ну, с Богом! Ни одна мысль не лезет в голову, только бы все прошло хорошо. Долгое ожидание. Неизвестность. Тишина. Закрываю глаза. Снова жду. Стрелки ползут еле-еле. И вот звонок:

– Дим, у нас девочка родилась! Такая хорошенькая. Все прошло хорошо.

– Здорово, как здорово! Слава Богу! Все хорошо?

– Да все отлично! Сам заведующий отделением принимал роды. Я пока в реанимации отдыхаю, потом еще созвонимся.

– Вот и хорошо! Целую! Пока!

Весь мир преобразился в мгновение ока. Вроде, даже солнце пробилось. УРА! Все хорошо! Дочка, наша долгожданная Вероника увидела свет. Какое же это счастье – осознавать, что еще одна частичка тебя начинает новый путь в этом прекрасном мире. Уже стучит маленькое сердечко, жмурятся глазки, а крохотные ручонки сжимают кулачки кукольными пальчиками. Никаких слов не хватит описать всех чувств и эмоций, возникающих в этот момент. Любовь, любовь, любовь и любовь переполняют грудь. Хочется дарить ее всему миру, всем, много и без остатка.

Это самая лучшая новость! Долгое ожидание счастливо завершено. Все женщины, неся под сердцем драгоценную ношу, одинаково рискуют. Рискуют, потому что, как и всегда, беременность не только прекрасное время, но и физически тяжелое состояние. Как и всегда, не у всех беременных женщин получается испытать счастье материнства. Как и во все времена, ребенок появляется через боль, а роженицы и младенцы могут погибнуть во время родов. Слава Богу! У нас все в порядке.

Еще час назад нас было четверо, а теперь пятеро. Только недавно подросли старшие ребята и начали строить планы на свою самостоятельную жизнь, и вот мы снова готовимся встретить дома нового человечка.

Мы сами решили пригласить его в наш мир, дом, семью. Он гость среди нас, самый важный гость. Вероника еще ничего не знает о нашей жизни, обычаях, привычках, мечтах и проблемах. От нас зависит, каким будет ее мир.

Дети, рожденные и выросшие в любви, никогда не станут плохими людьми.

Что дать ребенку такого, чтобы он видел мир прекрасным? Может, материальные блага? Я, например, очень смутно помню, в чем я ходил, спал и чем играл во время младенчества. Не могу сказать, что вещи мои были сверхмодными. Но были не хуже, чем у таких же, как я, мальчишек. Точно могу сказать, что детям все равно, в каких нарядах покорять глубины весенних луж и ручьев, пролезать через

колючие кусты или ходить по растаявшему на солнце гудро-ну. Все самые модные штаны, рубашки, сандалии, пальто и куртки будут без сожаления принесены в жертву радости познания мира и ощущения свободы. Поэтому считаю, что и одежда, и кровати, и игрушки в такой период детства являются всего лишь отражением достатка, вкуса или амбиций родителей. Это не показатель любви. Все родители дарят любовь своим детям одинаково. Гораздо важнее научить ребенка любить мир и дарить любовь окружающим. Научить его всем возможным премудростям нашей жизни. Показать ему, как папа любит маму, как мама стоит горой за папу, как они вместе дружно занимаются домашними делами. Конечно, в семье могут быть и ссоры, и ребенок может это видеть, но важно показать, как мы миримся, договариваемся и прощаем друг друга. Этого никто не делает, кроме нас. И делаем мы это постоянно, на протяжении всей жизни. Меня такая мысль посетила, не поверите, на лестнице торгового центра во Владимире. Поднимаюсь, что-то ворчу. Таня с Ромой и Павликом ловко удаляются от меня. И тут прямо в мозг: «А ведь родительство не закончится никогда, оно здесь и сейчас. Никогда не наступит момент, что все. Вот вы и летите сами по себе. Всегда невидимая связь будет притягивать нас друг к другу». И такая невероятная теплая нежность возникла в груди, что хотелось догнать и сгрести всех троих в охапку, крепко прижать и расцеловать. Но объекты моей невероятной любви уже весело носились по маленьким бутикам.

У каждого родителя всегда свое понимание, что лучшее он даст своим потомкам. Кто-то с рождения готовит детей стойко переносить тяготы жестокого мира, постоянно делая акцент на негативной составляющей жизни. Такие люди постоянно ограничивают и себя, и детей от каких-то радостей, все откладывают на потом или на черный день. Они постоянно бормочут: «Как же, нас родители так научили! Это наши традиции. Надо терпеть, как все!» Не будем осуждать таких мам и пап, это их выбор. Но черный день может и не наступить, а вот радость может быстро закончиться.

Как прекрасны наши путешествия: Кипр, Турция, Испания, Америка, Эмираты. Я сейчас в буквальном смысле наслаждаюсь нашими семейными приключениями, ничто не может заменить эти дни, часы и минуты всеобщей радости. Нет, наверняка я, в силу особенностей своего характера, иногда ворчу, вредничаю и ... плохо себя веду. Но у меня остаются только позитивные воспоминания. Море, солнце, горячий песок. Шумные шоу в отеле, рыцарские турниры, соревнования. Горящие глаза, счастливые лица. Вот что у меня всегда перед глазами.

А еще можно дарить чувство юмора – эту невероятную способность в каждом моменте повседневности замечать что-то радостное и смешное. Юмор вообще потрясающая штука.

Однажды мы с папой отправились летом на огород в деревню Отяевку. Дело было летом, и, как водится, автобусы,

заботясь о здоровье граждан, ходили редко. Поэтому приходилось в аэробном темпе преодолевать три километра. И чтобы путь не был для нас слишком монотонным, мы придумали такую забаву: начать собирать мотоблок для облегчения работ в огороде. А чтобы сэкономить на покупке запчастей, стали придумывать попавшемуся по дороге хламу применение в нашем механизме. Вот старая цепь – подойдет для привода. А вот велосипедная рама – из нее соберем каркас. И тут папа говорит:

– А ты знаешь, наш мотоблок будет шагающим!

– Это почему?

– Я нашел ботинок!

Мы смеялись всю оставшуюся дорогу. Мотоблок мы так и не собрали. Но концепцию шагающего сельскохозяйственного механизма мы часто потом вспоминали.

Мне всегда нравился непринужденный папин юмор. Иногда грубоватый, бывало, даже обидный, но никогда не пошлый и всегда к месту.

Что еще мы можем дать лучшего нашим детям? Конечно же, попытаться помочь в самореализации. Я не верю в теорию равных возможностей. Мы все рождаемся в разных условиях. Давайте это признаем и не будем ханжами. Тот, кто родился в обеспеченной семье, имеет большой стартовый потенциал. Искренне не понимаю тех родителей, которые намеренно создают трудности своим детям. Зачем? Трудности и неприятности сами найдут свою жертву. А вот

помочь стартовать с более выгодной позиции у нас в обществе почему-то считается зазорным. Почетными считаются династии рабочих, учителей, врачей, пекарей, строителей и многих других достойных профессий. А вот когда возникает вопрос о передаче опыта в области управления бизнесом, коллективом или обществом – поднимается невероятная волна негатива. Стоит ли познавать все тонкости работы на буровой установке, чтобы быть руководителем в добывающей отрасли? Стоит ли проводить годы в отделе кадров, чтобы понять, как управлять людьми? Иногда на такой путь уходят годы, а иногда он даже обрывается, человек выгорает. Не люблю, когда менторским тоном говорят: «Я в твои годы...» Это сродни армейской дедовщине, одному из самых уродливых явлений в нашем обществе. Вчерашние несмышленные новобранцы, которые толком подворотничок пришить не могли, через полгода службы начинают глумиться над молодым пополнением, вымещая на них всю обиду за прежние унижения. Такое чванство прямо выворачивает наизнанку.

Однажды во время избирательной кампании я услышал шокирующую вещь. Дело было к вечеру, я с отчетом приехал в избирательный штаб. Начал жаловаться на то, что трудно работать с пожилыми людьми, мол, они люди старой закалки. На что получил ответ:

– Дим, знаешь, кем были эти пенсионеры и ветераны в двадцать – двадцать пять лет?

– Ну, строили, работали...

– Они были такими же раздолбаями, как и ты, только не хотят об этом вспоминать.

Да, времена всегда одни и те же. Не будем тогда детей прекать нашим прошлым, тем более что оно даже нам иногда не всегда интересно.

Так к чему я это все? Если есть возможность помочь, продвинуть, подтолкнуть – просто сделай это, без оглядки на окружающих. А вообще самое лучшее, что мы можем дать своим детям – это личный пример, как любить мир, семью, жизнь и, конечно, себя. Эта лучшая гарантия того, что наши дети будут такими же счастливыми, как и мы. А любовь и терпение – вот, пожалуй, то, что не позволит остаться в старости одиноким ворчливым стариком. Любовь и терпение помогут пережить упрямство, трудный возраст, проказы и протесты. С годами все неурядицы забываются, остается только любовь и счастье.

Придет время, и Вероника будет передавать все самое лучшее и дорогое своим деткам, как и Рома своему сынишке Леве.

И эта эстафета любви будет длиться вечно!

Когда все плохо



У каждого свое плохо. Ничего не хочу. Вообще ничего! Пусть все закончится! Прямо сейчас, раз и навсегда! За чем все это? Может, окружающий мир – иллюзия? Может, нет никакого счастья, благополучия, любви, дружбы, сострадания и понимания? Почему все такое серое и монотонное? Почему никому нет до меня дела?

Знакомо ли вам это состояние? Эта беспомощность без причины. Когда впереди столько дел, а твое тело расплылось на матрасе, диване, скамейке. Самое лучшее в такой ситуации – это добрые приятные слова:

– Ну ты чего? Не грусти, ты так здорово со всем справляешься! Сделай завтрак – вкусную яичницу с сыром.

– Да? Тебе понравилось? Пять минут!

Так! Яйца, сыр, сковородка, масло, сосиска. Грею, взбиваю, выливаю, подцепляю краешек, сворачиваю конвертик. Идеально!

Ну вот, вроде бы, за окном стало посветлее.

– О, спасибо! Люблю тебя, когда ты готовишь!

Отлично! Теперь себе приготовлю.

А еще звонок из далекого прошлого, старый знакомый по новогоднему корпоративу, не звонивший и не писавший несколько лет, бодрым голосом говорит, что сейчас реализует супер-пупер амбициозный проект и просит помочь. Ну вот, самое время! Да я и вечеринку эту уже не помню лет

сто, не то что тебя. АААА!

Ладно, хватит! Поднимай задницу и тащи ее в зал, на эллипс, под штангу. Сели-встали, сели-встали. Потянулись, отдышались. Эндорфины расшевелили мозг, стало легче.

Душ и сауна дополняют эффект. Сел в машину. Домой. Ох уж эта пробка на Путилковском! И почему затор всегда, когда хочется пораньше! Что за напасть такая? Эй, где вы, строители дорог? Дорогие спутники, а вы что в это время здесь все делаете? Откуда нас столько?

И тут всплывает в памяти раскаленная Москва конца девяностых. Кругом стройки, расширяют МКАД, начинают строить третье кольцо, реконструируют некоторые вылетные магистрали. Воздух наполнен смогом и солнцем. Время от времени его сотрясают удары молота, забивающего в тело древней Москвы очередную сваю. И вот я на престижном в те времена автомобиле ВАЗ 21213, «Нива Тайга», начинаю покорять этот город, эту неизвестную Москву. В первое время она кажется запутанным лабиринтом со множеством ловушек и тупиков, но в то же время полным прекрасных открытий. Когда едешь, петляешь по Лосиному острову, Сокольникам и выскакиваешь перед гостиницей «Космос», ВД-НХ, монумент покорителям космоса. Но «выскакиваешь» – это весьма позитивно и редко, в основном стоишь в многочасовых и многокилометровых заторах. Вот и сейчас стою уже который час. Жара плавит руль, капот и мозг. Хочется сразу всего: воды, еды, прохлады. Когда все это закончится,

когда смогу позвонить домой – никому не известно. В соседней машине мужчина изо всех сил давит на сигнал и матерится так, что вороны с соседних крыш срываются и начинают кружить и гадить на головы прохожих. Ощущения абсолютного сюрреализма и безысходности. Я понимаю, что не в моих силах изменить окружающую действительность, не могу я разогнать пробку и освежить раскаленную улицу спасительной прохладой. И тут рядом останавливается троллейбус с открытыми окнами. В нем сидят разомлевшие от жары пассажиры, которым, как и мне, деваться некуда. Но я то сижу в комфортабельной машине, открыл окошко, закурил сигарету, пустил струйку дыма в окно, играет любимая музыка, ну и вентилятор как может, но все же обдувает раскаленное лицо. И вот жизнь перестает быть такой сложной и безысходной.

Как говорил герой мультфильма «Зверопой»:

– Знаешь, почему иногда хорошо оказаться на дне? Оттуда только одна дорога – наверх!

Да-да. Именно тогда, когда понимаешь, что сейчас уже ничего лучшего не случится, что все предыдущие усилия потерпели полное фиаско, когда те, на кого рассчитывал, оказываются по другую сторону баррикады – и спиной чувствуешь холодный бетон. Вот в этот момент ослепительной вспышкой в мозгу вспыхивает мысль: «Все плохо, но хуже уже не будет! Не будет! Дальше только бесконечность!»

Вот в этот момент и включается механизм защиты. В каж-

дой из таких ситуация я начинаю искать возможные варианты «всплытия». Самые первые вопросы, которые я себе задаю: «Что я умею? Что мне нужно? Без чего могу обойтись? Чем могу поступиться?» А ведь могу я немало: плотничать и слесарить, готовить еду и клеить обои, водить машину и хорошо стрелять. А еще отлично владею способами математического анализа данных, Excel – мой хороший помощник, мы с ним на ты. Я много чего умею делать сам.

Вот тут становится понятно, что страдать в одиночестве, орать матом в пробке или биться в истерике над разбитой тарелкой нет никакого смысла. Главное – собраться с мыслями и принять решение, оттолкнуться от дна или стены.

Очень сложно прийти к этому, ведь неприятности не добавляют позитива. Совсем недавно узнал, что причиной уныния может быть недостаток витаминов или гормонов, отвечающих за эмоциональный фон. Биохимия! Важно знать, что это исправимо, есть специалисты, способные помочь. Иногда можно поесть сладкого. Даже не очень большое и недорогое использование солярия может запустить механизмы генерации позитива. Я пробовал – помогает. Замечали, что даже лютой зимой при ясном солнце поднимается настроение. «Мороз и солнце, день чудесный!»

А еще помогает адекватная оценка прошедших тяжелых моментов своей истории. Вот и я смотрю на некогда катастрофичный момент расставания с заводом и понимаю, что не было никакой катастрофы. Ну да, теперь ты не руководи-

тель. Ну да, большой корабль пошел дальше своим путем. Ну так и я не Робинзон на необитаемом острове. Есть кому предложить свои знания и умения, есть у кого спросить совета и к кому обратиться за помощью. Спасибо тебе, Олег, что откликнулся на мою просьбу и дал мне возможность попытаться реализовать свои возможности. Это не дало мне скатиться в пропасть безысходности, а наоборот, помогло вынырнуть в наш мир в новом качестве.

Да, простая истина, что получает тот, кто просит, не всем приходит в голову. Гордыня не дает двигаться дальше. Как же, вчера ты отдавал распоряжения, а сейчас самому придется выполнять чьи-то приказы. Ну что ж, всегда есть выбор.

Говорить о том, что бывает плохо – трудная тема. Говорить о достижениях всегда легко. Многие из нас проходили через эти периоды, часто каждый справлялся в одиночку.

Но сейчас, описывая свои способы выхода из кризиса, чувствую невероятное облегчение. Конечно, я рассказал не обо всех тяжелых эпизодах, есть вещи, которые я не хочу предавать публичности, но они монохромной хроникой пробежали перед глазами и стали историей.

Никто не даст гарантии, что жизнь будет только легкой и счастливой. Но пусть все-таки серых безрадостных дней будет меньше.

Когда мы задумываемся о здоровье

По правде сказать, я об этом думаю, когда что-то начинает серьезно беспокоить. Вот и сейчас решил пройти обследование позвоночника перед принятием решения о стратегии тренировок. Нельзя сказать, что я совсем не думаю о поддержании здорового образа жизни. Я не курю, занимаюсь спортом, слежу за весом, соблюдаю определенный режим питания и сна. Конечно, так было не всегда. До какого-то момента кажется, что молодое тело само себя лечит и держится в отличной форме вопреки всем выкрутасам своего хозяина.

Помню первую затяжку сигаретой в далеком 1988 году. Я только поступил в училище, мы уехали в Селецкий учебный центр, и там меня настигла сильнейшая ангина. Температура под сорок, меня увезли в Коломну и положили в лазарет. Я быстро поправился, а неделя отдыха от сурового режима Сельцов дала возможность пообщаться со старшими товарищами. Мой друг Андрей учился на курс старше, и я несколько дней провел прикомандированным в его подразделении. Ребята делились хитростями, облегчающими тяготы службы и учебы. Все казались уже такими взрослыми. Тогда большинство моих сверстников в армии курили. Это давало возможность делать перерывы, многозначительные паузы. Вот однажды после обеда в недолгий перерыв перед занятиями Андрей предложил:

– Покурим?

Я не осмелился отказаться. Мне очень хотелось казаться «на уровне». Мы присели на скамейку.

– Есть что курить?

– Нет.

– На, держи.

Я взял сигарету, втянул запах сухого табака и подставил кончик сигареты к пламени спички. Втянул теплый едкий дым, сначала несильно. Сдержал кашель и тут же почувствовал кружение в голове – тысячи звездочек засверкали перед глазами. Хорошо, что я сидел. Меня как будто приковало к скамейке, ноги и руки налились свинцом. Но виду не подал. Через пару минут головокружение прошло и уверенность вернулась в конечности.

Странно, но это состояние не вызвало во мне отторжения, хотя и беспокоило. Наверное, это беспокойство и останавливало меня от желания попробовать более серьезные средства для расслабления. Я всегда панически боялся пробовать любые наркотики, даже самые легкие. Но следующие двадцать три года сигареты были моим верным спутником. Я даже начинал нервничать, когда заканчивалась пачка, и не находил места, если не мог сделать желанную затяжку этим дымом. **ДВАДЦАТЬ ТРИ ГОДА!** Сейчас я даже не могу объяснить, что мне в этом нравилось. Невкусный, едкий дым, желтые пальцы, покрытые слоем табачного дегтя, постоянные поиски мест для курения. Все это ради желания казаться

серьезным мужчиной, ради возможности сделать паузу после сложного вопроса, многозначительно выдохнуть облако дыма. Вот так!

Когда же пришло осмысление, что это реально мешает мне жить, я сразу понял, что это зависимость и с ней надо серьезно поработать. Упорство и спорт сделали свое дело. Я справился. Это была моя первая серьезная работа над сменой образа жизни. Я начал действительно по-новому осознавать окружающий мир. Впервые составил для себя долгосрочную стратегию по собственной трансформации. В моей повседневной жизни появились новые привычки: ежедневное взвешивание, регулярное и сбалансированное питание, утренние и вечерние занятия физкультурой. Результат меня радовал. Я отлично себя чувствовал, друзья и близкие меня поддерживали. Через какое-то время я заметил, что прежняя одежда стала мне велика. Это был такой дополнительный «бонус». Оказалось, что на стандартное стройное тело было намного больше вариантов приличной и недорогой одежды.

– Вот видишь, ты отлично смотришься в самой обычной одежде, – говорила мне Таня.

Мы в это время ждали появления на свет Вероники. Много гуляли в самых разных парках. Мне нравился новый образ молодого сорокатрехлетнего папаши. Признаюсь, что это еще больше подбадривало меня.

Вы можете спросить, не логичнее было бы остепениться и выглядеть в соответствии с возрастом? Но кто, скажите мне,

придумал эти соответствия? Кто сказал, что в зрелом возрасте нельзя одеваться в модные молодежные вещи? Так или иначе все хотят предстать перед окружающими в более выгодном свете. Точно уверен, что не только женщины, но и мужчины хотят выглядеть красиво в любом возрасте. Следить за собой и выглядеть моложе своих лет, быть здоровым, спортивным – это хороший тон и современный тренд. Бог отвел нам не так много лет на земле, поэтому не стоит искусственно сокращать этот срок. Рано или поздно возраст даст о себе знать. Но взрослеть и стареть можно вполне прилично и достойно. И это доступно не только суперзвездам экрана, хотя они показывают достойный пример для подражания. Я всегда с одобрением смотрю на подтянутых и спортивных мужчин и женщин старше меня в спортивном зале. Они не стараются молодиться, но их отличная физическая форма сбрасывает несколько лет.

Я не скрываю свой возраст. Мне нравится на вопрос «А сколько вам?» отвечать: «Сорок девять». И ловить изумленный взгляд. А потом добавлять:

– Да моему внуку уже три годика. И дочке шесть.

– Это все от одной жены?!

– Ну да.

А еще приятно ощущать легкость от общения с молодыми ребятами, которые обращаются к тебе на «ты». Не вижу в этом ничего зазорного. Когда ты в отличной форме – общаешься с ними на одной волне, и это выглядит естественно.

Иногда я вижу, как некоторые старшие товарищи пытаются молодиться. Ничего не имею против. Это их выбор. Иногда это выглядит не совсем обычно, не так, как мы привыкли воспринимать людей в возрасте. Бывает, что слышу осуждение:

– Вот, разделся, как мальчик.

– Женщина, вы же не девочка, что вы так вырядились!

Не стоит обращать на это внимание. Ну да, не все способны подобрать себе образ, соответствующий общепринятым нормам. Но ведь мы все разные. Не будем навязывать окружающим свои вкусы. Хотя я и сам грешу этим, критикуя мою Таню, когда она выбирает себе наряды. Но я работаю над собой, понимая, что нельзя ограничивать свободу человека в выборе своего образа. В конечном итоге мир без фриков будет скучен. Я надеюсь, что времена одинаковой безликой человеческой массы, как в «Стилягах», больше не вернуться.

Танин брат, Дима, рассказывал забавную историю:

«Прихожу с мамой в детский мир покушать костюм в школу. А она мне такая говорит:

– Выбирай!

И жест такой, ух! А костюмы на вешалках все одинаковые...»

Я люблю быть разным: в модном спортивном образе, в элегантном костюме, люблю на пляже показать свою физическую форму, люблю катить на своем Harley Davidson в кожаной куртке и байкерских сапогах, люблю комфортный casual

style.

А главное, люблю ощущать себя здоровым и сильным с маленькой дочкой, красавицей женой и многочисленной семьей. Поверьте, первое впечатление о человеке и поговорка про одежду очень верные. Будьте здоровы и красивы!

Купил кроссовки

Купил себе новые кроссовки. Надел, сижу и смотрю. Ну что ж, пора. Тихо выхожу на площадку. Раннее утро, все спят, да и я еще, признаться, полусонный, жду лифт, спускаюсь и выхожу в серую бодрящую прохладу московского утра. Этот холодок пробирается под футболку. Включаю трекер и быстрым шагом начинаю свой путь. Закидываю мусор в бачок и незаметно перехожу на бег. Сколько бегал – каждый раз разные ощущения. Иногда ты еле-еле разгоняешь суставы, а иногда сразу как будто паришь над землей. Все приходит в согласованный ритм – сердце, дыхание, руки, ноги. Все подчинено непрерывному движению вперед, ты легко перепрыгиваешь небольшие ухабы и лихо входишь в вираж. Я всегда разбиваю забег на несколько этапов. Сначала легкий прогревочный, потом выход на крейсерскую скорость. А дальше монотонное и продолжительное движение на основной дистанции. Здесь может произойти многое: дыхалка забиться, печенка заколоть, но в какой-то момент начинаешь понимать, что ты все делаешь автоматически. Очень важно поймать тот самый темп и ритм, совпадающий с темпом и ритмом жизни. Для выхода на это состояние начинаю в голове напевать «Иноходца» Владимира Высоцкого:

Я скачу, но я скачу иначе

*По камням, по лужам, по росе.
Бег мой назван иноходью, значит,
По-другому, то есть, не как все.*

Такая ассоциация с вольным скакуном расправляет крылья и заставляет уверенно пожирать расстояния, круги, километры. Это ощущение свободы, ветра и независимости дает сумасшедший выброс эндорфинов. А потом мощный рывок, в который вкладываешь все оставшиеся силы, финиш, ленточка и пешая заминка. Грудь активно насыщает кровь кислородом, он мчится по тугим сосудам во все уголки тела. Это радостное ощущение начала активного дня держит в тонусе и толкает на подвиги.

Какой только обуви не носили мои ноги! Первое воспоминание уносит в жаркое лето. На улице тихо, дети предоставлены сами себе, ведь родители на работе. Занять себя чем-то надо. Двор нашего дома на улице Дружбы в городе Кольчугино с одной стороны отделен гаражами, а за ними – большой пустырь с одиноким моргом и инфекционным отделением. Гаражи были ниже уровня этого пустыря, и тропинка вдоль них проходила аккуратно по уровню крыши. Небольшой овражек, который мог перепрыгнуть и ребенок. Ребенок и перепрыгнул. Не знаю почему, но так манили эти гаражные крыши. Как было интересно ковырять расплавленный солнцем гудрон, наматывать его на палочку, делать отпечатки монет, пуговиц и разных значков. А еще, если попадетс

увеличительное стекло, то можно было и повыжигать. Расплатой за эти приключения были покрытые толстым слоем битума новые детские сандалии. Замечал я это только дома, пытался очистить липкую массу веточкой, ногтями, но ничего не помогало. А на следующий день сандалии были абсолютно чистыми, но ужасно воняли бензином. Ого! Новые приключения ждут меня! И снова гаражи, гудрон, веточка, бензин. Вот так и отпечатались в памяти детские сандалии, перепачканные гудроном.

А кто помнит сапоги из блестящей резины с тканевой подкладкой, невероятно холодные, с узкими голенищами? Я долго не мог выяснить для себя порог их надежности и защиты от различного вида угроз типа луж и грязи. А лужи, надо заметить, в Кольчугино попадались по весне весьма глубокие. И вот группа отважных исследователей начинает свой бесстрашный поход к центру маленького дворового водоема. Задача состоит в том, чтобы приблизиться к центру как можно дальше и не набрать воды. Холод со всех сторон сдавливает ноги все выше и выше, вот похолодела щиколотка, голени, вот ближе и ближе мутные воды к кромке сапог, одно неловкое движение – и ледяная вода мгновенно наполняет непромокаемую обувь, ты гигантскими шагами пытаешься покинуть лужу, набирая все больше и больше воды. Все, финал. Мокро, обидно, надо идти домой, без вариантов.



Упомянув о сапогах, нельзя обойти самого почетного их представителя. Суровый солдатский сапог. Его brutality буквально зашкаливает. Один и тот же сапог может блистать на плацу отполированным голенищем, а потом превратиться в огромного уродливого монстра от налипшей грязи. Он уверенно выбивает пыль из проселков. Каждое утро улицы древней Коломны наполняет ритмичный топот тысяч ног. Это мы, Коломенские курсанты, заставляем дрожать оконные стекла стареньких домов. Ровные коробки стучат по древней мостовой навстречу новому дню. Ох уж эти забеги, марш броски, кроссы и спортивные праздники. Это совсем другой бег, нежели неспешное утреннее парение в легких Nike. Ты как будто сначала задаешь мощный импульс сапогу, он медленно и неумолимо вылетает вперед и тащит тебя за собой, а потом с тяжестью молота Тора опускается на землю. И снова, и снова. Но это, пожалуй, не самое трудное в суровой военной жизни.

Вы задумывались когда-нибудь, как можно такое долгое время проводить в обществе с одними и теми же людьми, когда вокруг кипит бурная жизнь, а ты вроде как не свободен. Будучи с друзьями и сослуживцами в казармах, в аудиториях, на полигонах, я никогда не думал об ограниченности моей жизни. Посудите сами. Я сам принял решение, сам избрал такую жизнь, я к ней готовился день за днем. Я достиг ее, я был на седьмом небе, когда впервые надел тельняшку

ВДВ. Вокруг такие же, как и я, обычные парни, мои друзья. У нас единая цель, мы объединены ей в этом непрерывном процессе. Учения как невероятные приключения, но ты понимаешь, что таких приключений никому не пожелаешь, и друзья твои это понимают. Поэтому нет, на мой взгляд, более миролюбивых людей, чем те, кто испытал на себе все это.

Я ни разу не тяготился непрерывным времяпровождением с теми, кто для тебя действительно дорог. Вот создаем мы семью, мы делаем это по доброй воле, в трезвом уме и светлой памяти. Мы решили быть вместе до тех пор, пока смерть не разлучит нас. Разве может быть нам вместе скучно, может ли быть скучно с детьми? По моему убеждению, нельзя. А если не так, если вам хочется какой-то свободы от близких, то может, они не такие уж и близкие? Подумайте об этом, когда захочется в очередной раз понуть на тему, что мне нужна свобода от семьи. Я не говорю здесь о необходимости отсутствия по делам, в спортзале, в школе. Это разные вещи. Вот я иду в спортзал потому, что люблю спорт, а не потому, что надо провести время вдаль от моих любимых. Как говорят в Одессе: «Это две большие разницы!» Быть вместе – это здорово! Просыпаться в одной кровати, щурясь от яркого солнца, сидеть за большим семейным хлебосольным столом, лететь к морю, кричать от счастья под новогодней елкой, тихонько прижиматься в темноте кинотеатра. Да неважно где, лишь бы вместе. **ВМЕСТЕ!** В казарме и в квартире, на карантине или в подводной лодке, в самолете или в машине, везу-

щих вас навстречу приключениям. Когда-нибудь обстановка сменится, откроются двери, окна, ворота, мы вместе наденем кроссовки и ранним утром неумолимо побежим, распахнув объятия навстречу новому дню!

А может, в модных туфлях пройдемся по великолепным набережным Барселоны, Канн, Ниццы или Сочи, нежно держа друг друга за руки. Да и какая разница, в какой обуви, лишь бы вместе. «Неважно, сколько лет твоим кедам, если ты в них гуляешь по Парижу с любимой!»

Спорт

Если вся тяжесть мира вдруг свалится на твои плечи, начинай плавно приседать. (Мудрости из спортзала)

Сколько прекрасных слов мы слышали о спорте. О спорт! Ты – мир! Победит сильнейший! В спорте – наша сила!

Может, это и прозвучит как занудство рожденного во времена махрового застоя, но спорт – величайшее занятие, которое придумали люди за всю историю человечества.

Спорт – он как справедливый судья. Смотрели чемпионат мира по футболу в Москве? Что скажете?

Я не могу отнести себя к футбольным фанатам, но одна игра мне врезалась в память как подтверждение простой истины: «Никогда не сдавайся – и увидишь, как сдаются другие».

Сколько колкостей было отпущено в адрес нашей сборной, сколько у нас самих было неверия в собственную команду! Что же произошло в знаменитом матче с Испанией? После автогола в первом тайме казалось, что это конец. Но команда не опустила руки. Наши парни не дали никаких шансов реализовать Красной фурии свое психологическое преимущество. На последних минутах второго тайма – гол! Счет сравнялся – и наши стали глухой стеной. Мои любимцы, испанцы, были раздавлены. Как смотрели пенальти в Меге на

Ленинградке... Это была чередa мгновений мертвой тишины и раскатов грома. Когда все стало понятно – ликование не было предела. Я искренне радовался такому исходу. Ведь могут, когда хотят!

Германия. Неоспоримый фаворит всех известных соревнований. Так нелепо вылететь с ЧМ, даже не выйдя из группы! Корейцы, для которых этот матч ничего не решал, в тяжелом изнуряющем противостоянии в буквальном смысле успели ухватить победу за кончик хвоста. Когда все шло к серии пенальти и немецкие игроки уже это предвкушали, два потрясающих гола отправили в глубокий нокаут всю страну (я полагаю, что было именно так).

В спорте ничто не предрешено. И я его люблю именно за это.

Моя история спорта не усеяна чередой побед. Скорее, наоборот. Первые попытки преодолеть силу тяжести были в четвертом классе на уроке физкультуры. Нежное тельце висело на перекладине, делая слабые попытки подтянуться. Не то чтобы подтянуть подбородок к перекладине, об этом не шло и речи! Даже малейшего сгиба в руках не было заметно. Как!? Ведь только что одноклассники ловко выполняли подтягивания! Почему!? Маленький Саша Артемовский подтянулся 12 раз! А мой мозг даже не представлял, что и в какой последовательности напрягать. Этот кошмар длился года два, пока в пионерском лагере «Дубки», который я регулярно обживал каждое лето, ребята из Кольчугинского детско-

го дома не дали мне мастер-класс. Кстати, не могу сказать, что у них были какие-то секреты. Просто они так болели за меня, что их поддержка словно подталкивала меня вверх. И сейчас, подтягиваясь, я чувствую их одобрительные взгляды. Вернувшись из лагеря, на первом же уроке физкультуры я ровненько, без конвульсий подтянулся шесть раз, а удивленно-довольные глаза учителя Николая Калачихина были первой наградой.

Так спорт вошел в мою жизнь. Мне очень нравились ощущения борьбы, преодоления и невероятной эйфории после окончания забега, схватки или упражнения. С разной степенью успеха в моей истории были легкая атлетика, гандбол, теннис, волейбол, самбо. Что оказывалось не моим, с легкостью уходило. Вот бы в человеческих отношениях или в бизнесе было так же. Как говорят, если с первого раза не получилось, то парашютный спорт не для вас.

Спорт вывел меня из затяжного процесса личной деградации, когда я спокойно мог выпить водки, пива, выкурить пачку сигарет. Так было почти каждый день, на протяжении нескольких месяцев. Я чувствовал себя вполне прилично, помогал хороший запас прочности. Но в какой-то момент я понял, что все, хватит, и стал искать для себя возможности что-то изменить. Именно желание изменить свою жизнь, а не просто «похудеть», «бросить пить и курить», оказалось самым важным. Я начал искать информацию, как это сделать, что происходит с человеком после отказа от курения, алко-

голя. Наверное, ничего бы не получилось, если б я случайно не прочитал где-то, что никотин способствует выделению эндорфинов, как и спорт. Вот оно!

Я купил себе гребной тренажер, составил утренний и вечерний комплекс – и понеслось! Первое упражнение, которое я начал выполнять – это вис на перекладине. Поначалу мои руки не могли удержать жирное стокилограммовое тело на перекладине больше минуты. На гребном тренажере я не мог работать более десяти минут. Но зато было приподнятое настроение после душа, легкое пробуждение и ощущение мышечного тонуса – о, это кайф! Уже через два месяца я «греб» на тренажере в течение часа при самой высокой степени сопротивления, подтягивался уверенно десять раз и делал уголок на пресс. С курением было покончено, не осталось даже желания закурить. А легкий алкоголь – только в праздники.

Сегодня мой фаворит – пауэрлифтинг. Еще в армии мой друг, Эдик Самойлов, предложил заниматься бодибилдингом. Мне всегда нравились фигуры античных атлантов. Я восхищался великим Арни в «Командос», Юрием Власовым, Василием Алексеевым, Фрэнком Зейном. Мне понравился и стиль занятий – неспешный, плавный, вдумчивый. Такая концентрация на технике, на работе собственного организма умиротворяет, убирает все, что не относится к выполнению упражнения. А еще постоянное ощущение тонуса мышц по всему телу.

К серьезным занятиям я вернулся в тринадцатом году. К этому времени я уже преобразился после курения, но успел пережить серьезную травму колена, операцию и атрофию левой ноги в шестьдесят процентов. Пришлось заняться «выращиванием» ног и параллельно бороться с хромотой.

За это время я испробовал много разных методик. Но постепенно пришел к классической модели силового троеборья – жим с груди лежа, становая тяга и присед.

С каждым разом я открывал в себе новые возможности. Мой мозг и мое тело как бы подсказывали, что делать дальше. Потом я стал открывать новые возможности занятий спортом для релаксации и очищения сознания.

Когда мой папа в последний раз лег в больницу, я каждый день приезжал к нему. В какой-то момент я понял, что это наши последние месяцы, недели и дни. Он с каждым днем становился слабее. Это невыносимо тягостное состояние. Я видел, как жизнерадостный, умный, энергичный человек превращается на моих глазах в дряхлого старика, как путаются его мысли... Вечером я приезжал в спортзал и начинал тренироваться. Когда я ложился под штангу, принимал на плечи ее вес, мне казалось, что смерть глядит на меня из железа папиными бездонно-голубыми глазами. Я смотрел в них, опускал гриф на грудь и со всей возможной силой выжимал штангу вверх, отталкивая от себя. Когда возвращал штангу на стойки, папин «взгляд» был полон любви. С тех пор прошло пять лет. И я каждый раз берусь за холодный

ребристый металл и чувствую его живую реакцию.

В спорте нет запрограммированного финала. Вчера я с легкостью потянул сто девяносто килограммов, а сегодня сто восемьдесят остановились в десяти сантиметрах от пола. «Не далась», – говорю я в таком случае. Штангу не обмануть, она проста в своей давящей красоте. Ты либо безупречен – и она пружинит на твоих плечах. Либо она придавит тебя к страховочным упорам – и ты будешь на четвереньках, кряхтя, изпод нее выползать.

Сегодня я не представляю себе жизнь без тренировок. Возможно это зависимость. Но если так, то уверен – это лучшая зависимость в мире!

Стать лучше



Часто ли вам приходилось обращаться за помощью к специалистам по личностному росту? Как вы относитесь к различным тренингам по повышению самооценки?

Да, каждый из нас в своей жизни проходит через это, только иногда мы не знаем, что это тренинг. Вот взять хотя бы школу. Оценивая издали, могу с уверенностью сказать, что весь процесс и есть непрерывный тренинг. Вот, например, сегодня. Раннее утро и хочется поспать. Но двери школы открываются и закроются для входа точно по расписанию. А Вероника сладко посапывает в кроватке в обнимку с плюшевым котом Басиком. И это милое создание надо разбудить, умыться, накормить, одеть и проводить до дверей. А эту процедуру придется повторять каждый будний день, пока не разовьется устойчивая привычка. Увы, мы все прошли через это. Но в итоге приобрели полезный навык быстрой мобилизации для грядущего дня.

Мне повезло с моими друзьями в школе. Особенно в старших классах, когда подготовка к совместным мероприятиям, соревнованиям и экзаменам мобилизовала наш маленький коллектив. Поддерживая друг друга, мы решали сложные задачи, отмечали праздники и побеждали в соревнованиях. А как важна эта коллективная поддержка, когда ты пересекаешь финиш после выматывающего кросса по пересеченной местности! Ничего не видишь, кроме заветной черты, слы-

шишь, как дышат в спину соперники. Но тут среди зрителей – наши девчонки и ребята, они кричат «Давай-давай», глаза горят в восхищении. В этот момент в легкие и в мышцы буквально вбрызгивается поток энергии, а крылья за спиной отрывают тебя от земли и переносят за заветную черту. Ура! Победа! Чем вам не тренинг командной работы, когда эмоциональная поддержка коллектива высвобождает все ресурсы для решения задачи.

Я уж не говорю про армейские тренинги по «личностному росту» и «тимбилдингу». Обычный, казалось бы, маршбросок. Это когда надо пробежать несколько километров за установленное время в составе подразделения. Старт и взвод курсантов, топая по брусчатке, как небольшой табун коней, побрякивая оружием, начинает свой бег. Мы все разные, кто-то из ребят отлично бежит, а у кого-то проблемы с дыхалкой. Как выбрать нужный темп? Вот здесь приходится подстраиваться под отстающих, а тем – мобилизовать себя, чтобы не подвести весь взвод, ведь секундомер остановится только когда все пересекут финиш. Иногда приходится подталкивать товарища. Ты бежишь рядом, начинаешь подстраиваться под его темп, кладешь руку на спину и потихоньку начинаешь подталкивать его вперед. Для такой помощи нужен достаточно приличный запас сил, а то сам собьешь дыхание, и вы оба отстанете от группы. Особенно эффектно выглядит, когда подразделение собирается за несколько метров до финиша и походным маршем с песней заканчивает марш-

бросок. Этот трюк требует высочайшего уровня подготовки и слаженности. Но красиво!..

Дальше мы проходим различного рода тренинги по повышению эффективности использования своих ресурсов. Первый такой масштабный опыт я получил в Риге. Тогда я работал на заводе в отделе маркетинга. У нас был молодой и сплоченный коллектив. Константин Дмитриевич Гаганов, наш начальник, всячески поддерживал все начинания, связанные с получением новых знаний и практик в области маркетинга. Даже сам давал нам небольшие уроки-лекции по основам этой науки. И вот однажды представилась возможность при помощи наших партнеров в Риге послушать мастер-класс американского специалиста по продажам. Это было достаточно необычное преподнесение материала. Большой конференц-зал в рижской гостинице, эффектный спикер, энергично перемещающийся перед аудиторией и громко вещающий через переводчика о премудростях искусства продаж. Иногда он вскакивал на стол, включал сирену и делал смешные рожицы. Пожалуй, он сообщил нам множество полезных вещей, которые могли бы помочь нам поднять продажи на высочайший уровень. Но это был его опыт и его версия повышения эффективности. Я и другие слушатели были невероятно воодушевлены и готовы прямо из зала идти и продавать, продавать, продавать. Потом я понял, что когда мои потребности в знаниях не совпадают с предлагаемым материалом, то он, этот материал, очень быстро забывается.

Еще понял, что я не особо одаренный специалист в области продаж. Мне все-таки ближе аналитическая работа. Я люблю собирать информацию, сопоставлять данные и делать выводы. В этой связи я подбирал для себя курсы по улучшению именно этих навыков и знаний. Только тогда я понял, что обучение становится эффективным, когда ты сам в этом заинтересован. И совсем, на мой взгляд, не работают мероприятия, когда спикер или ведущий начинает говорить о своем или чьем-то успешном опыте. Типа, я много трудился, собрал вокруг себя лучших людей, мы стали практически одной семьей и вот – успех, победа! Да, конечно, здорово, что у вас так сложилось, но это ваша история. Мы видим только ваши успехи, мы не видим всех скрытых трудностей. Сколько таких же креативных и энергичных людей работали без усталости, может, даже больше, но потерпели неудачу.

Еще есть другая категория преподнесения материала. Помните фееричное представление Тони Робинсона в Москве? Это мотивирующее шоу не было направлено на какую-то конкретную область знаний. Он просто говорил со сцены очевидные вещи, но это было настолько эффектно преподнесено, что все были в шоке. Как мы сами об этом не догадались! Да! Конечно! Чисти зубы – и они будут чистыми! Такое иногда нужно. Мы в суете повседневной жизни забываем простые истины и ищем «волшебную таблетку», раскрывающие наши способности. А тут вот оно! То же самое происходит, когда во время тренингов нам преподают

информацию, которую мы когда-то получали, но в суете позабыли. Только назвать это ростом я не могу. Да, освежить память, встряхнуть мозги, но не вырасти. С таким же успехом я обращаюсь иногда к психологу. Знаете, иногда спокойно сесть и разложить по полочкам свои мысли при помощи специалиста очень помогает. И главное, нет ощущения, что тебе пытались дать что-то новое. Главная сила и ресурсы – внутри.

И самая, на мой взгляд, эффективная форма совершенствования – это планомерная и системная работа по достижению конкретной цели. Так, я с удовольствием учился премудростям ресторанного бизнеса в RMA. Я буквально впитывал в себя все, что относится к предмету изучения. Почему? Потому что я был в этом заинтересован, мне были нужны эти знания. Потому что преподнесенная информация была основана на научных теориях и доказанных практиках. В частности, маркетинг и финансовый менеджмент. Потому что процесс был спланирован от начала и до конца, и я прошел его без отступлений.

Такая же история происходит и в спорте. Успешным процесс становится тогда, когда ты, во-первых, мотивирован, во-вторых, тренируешься в соответствии с проверенными теориями и практиками, в-третьих, тренируешься систематически от простого к сложному, и тренируешься непрерывно, день за днем, двигаясь вперед.

Вообще, размышляя на тему «Стать лучше», чаще всего

прихожу к выводу, что это совершенно бессмысленная цель. Почему? А чем вы плохи сейчас? Пожалуй, главный вопрос в том, что я вполне удовлетворен собой. Вот правда, что мне в себе совершенствоваться? Мы ведь читаем книги потому, что нам нравится читать, а не потому, что надо прочесть много. Мы играем и помогаем детям потому, что любим их, а не потому, что это «родительский долг». Мы идем и получаем знания потому, что они нам нужны, а не потому, что все учатся. Наверное, это банальные вещи, но такой подход мне лично очень помог разобраться в себе. Это позволяет мне жить с удовольствием каждый день, год за годом. Но это для меня. У вас найдется, наверное, свой путь. Как пел Высоцкий, «колея эта – только моя! Выбирайтесь своей колеей».

Фотография

Ночь. Шторы в маленькой однокомнатной квартире на шестом этаже плотно задернуты. Сквозь сон слышу шепот и какое-то движение. Приоткрываю глаза и вижу, как мама с папой за столом склонились над каким-то прибором. Их лица освещает фонарь красного цвета. Время от времени из странного прибора на стол начинает светить яркий пучок света. Слышен счет: «Раз, два, три, четыре, пять! Все!» Луч гаснет, и снова тусклый красный фонарь. Что же такое происходит? Подхожу посмотреть, сквозь полудрему вижу какие-то ванночки, наполненные прозрачной жидкостью. Папа говорит: «Смотри!» – кладет листок под рамку, загорается яркий луч, который отпечатывается на листке странными силуэтами. Вроде люди, но с черными лицами: «Раз, два, три, четыре, пять! Все!» Листок отправляется в ванночку, мама начинает пинцетом его полоскать. И о Чудо! На белой бумаге появляются люди с нормальными лицами. Да это же мы сидим на диване! Вчера всей семьей мы сидели перед странным прибором, папа запускал жужжалку и прыгал к нам. Слышен щелчок. Готово! Еще раз. Щелчок, готово! Листок отправляется в другую ванночку, потом в третью. Так печатались фотографии. Невероятно захватывающий, волшебный процесс. Вот мы на диване, вот в парке, а вот и фото с празднования Нового Года. Счастливые лица за столом, тазики с

салатами. Вот я возле елки. Так мы фиксировали историю нашей жизни.

Фотографии – свидетели прошлых лет. Они живут и без слов рассказывают о красоте, любви, радости. Они бесстрастно фиксируют окружающий мир. Вот первомайская демонстрация, улыбающиеся люди в одинаковых плащах и шляпах. А этот смешной карапуз – я. Неужели я был таким? Можно сидеть и часами рассматривать эту летопись прошлых лет. Помните семейные фотоальбомы? В красивом переплете, их собирали и вели месяц за месяцем, год за годом. Каждая страница заботливо переложена калькой, чтобы фотографии не повредились.

У нас всегда было много самых разных фото. Папа очень любил снимать. У него были весьма хорошие аппараты. И подходил он к делу всегда ответственно и с творчеством. Фотографий было настолько много, что в какой-то момент мы уже не делали альбомы, а собирали снимки в большие бумажные конверты. А когда собирались гости или приезжали родственники, непременно ритуалом был просмотр фотографий. Какие эмоции, смех, шутки, воспоминания! Как иногда интересно посмотреть на себя со стороны и проследить, как ты меняешься со временем.

У всех, наверное, сохранились подборки садовых и школьных фотографий. Посмотрите, как мы превращаемся из забавных малышей с разбитыми коленками в подростков, а затем в уже взрослых юношей и девушек. Кого-то мы уже

сможем увидеть только на фотографии, на которой запечатлен тот самый момент, когда моргнул или посмотрел в другую сторону. Стоп! Снято! И ничего уже не изменить. Результат ты узнаешь только через несколько дней. Да, процесс небыстрый. Обычное фото на документы иногда превращается в целую историю. Готовишься, причесываешься... Бац! Непохож. Бывало? Бывало.

Последнее время ловлю себя на мысли, что большинство фото, которые мы делаем или видим, являются постановочными. Потому и ценны работы настоящих профессионалов или редкие случайные кадры. Но и постановка тоже хороша, когда работает настоящий мастер.

Помню, как нас фотографировал Саша Трошин, наш молодой учитель. Сколько необычных ракурсов и памятных событий он запечатлел для нас. Спасибо, Александр Валентинович! И прости, если мы со своим юношеским максимализмом настойчиво напоминали, когда же будут готовы наши фото. И да! Это было лучшее исполнение среди всех, кого я знал.

Много ярких моментов запечатлела пленка и бумага: Чехословакия, школа, уроки, а вот я в образе рыбака или собаки в драматическом кружке клуба завода Электрокабель. Вот наш последний звонок и все парни нашего класса. А вот Андрей Егоров принимает присягу. Как необычно видеть своего сверстника, с которым совсем недавно сидел за партой и дурачился на уроках, среди таких же серьезных парней

в форме.

Вот и моя первая армейская фотография. Мы только подготовили свою парадную форму и совершили первый в жизни прыжок с парашютом. Как всегда, перед важными событиями в расположении батареи, в казарме царит ремонт и хаос. Чистят полы, красят стены, приводят в порядок ленинскую комнату. И вот для стенда с отличниками нужны свежие лица. Володя Мартынов быстро выдернул наше отделение с хозяйственных работ. Быстро надевать парадку – и в клуб!

Военные люди скоры на сборы, и через десять минут, после ползанья по грязному полу, десять «моделей» уже в клубе, в новенькой, идеально подогнанной форме. И вот на самом видном месте в самом красивом классе появились десять портретов отличников учебы, в том числе и я. Кстати, получилось, что первые три семестра я сдал исключительно на пятерки. Молодец, командир! Спасибо, Володя!

Вообще, странно, но у меня хранится достаточно большое количество памятных фоток из училища. Несмотря на высокий уровень режима секретности, мы часто фотографировали друг друга в быту, на занятиях, во время боевых стрельб и учений. А снимал нас в основном наш штатный почтальон и корреспондент стенгазеты – Стасик Шагдамов. Маленький и необычайно дружелюбный кадет из свердловского Суворовского училища. А сегодня уважаемый Станислав Саматович Шагдамов, кавалер орденов мужества, покори-

тель Эвереста и отличный руководитель. Как только он доставал свою маленькую «Смену», откуда ни возьмись набегала толпа товарищей, и мы снимали и снимали. А ночью я с друзьями совершал магический ритуал печати. Мы проявляли пленку, готовили растворы и до утра делали эти отпечатки истории, стараясь никого не пропустить. А утром Стасик раздавал счастливым эти открытки, которые каждый хранил в своем чемоданчике или отправлял домой. Мама бережно сохранила эти мгновения моей ратной жизни, и сегодня я с удовольствием их рассматриваю, вглядываясь в знакомые и родные лица.

Идет время, и вот появляются новые фото. Статный жених и красавица невеста, ЗАГС, цветы, первый супружеский поцелуй, и опять все запечатлел Саша Трошин. Наш первенец Рома. Вот я его купаю в ванночке, вот мы втроем на прогулке на Белой Речке. Какие молодые! Вот Рома высунулся из машины. Это мы приехали забирать Таню с Павликом из роддома. Быстро, быстро летит время! Наш отдел маркетинга на заводе, наши праздники. А вот первая поездка на море в девяносто девятом году. Солнце, счастье и любовь льются с фотографий и наполняют душу теплом. А ведь все это было снято на обычную мыльницу. Мы везли эти пленки, отдавали в фотостудию. И всегда была тайна, что же получилось. Как мы там? Бывало, что и расстраивались, когда что-то не получилось.

Это сейчас навел камеру телефона – и сразу видишь ре-

зультат, можно переснять и выбрать лучшее изображение из множества похожих.

Всегда восхищаюсь, как работают фотографы. Это нам кажется, что мы всегда выйдем одинаково, но нет. Сколько разных нюансов и ракурсов. Настоящий мастер, как, например, Саша Карпенко, всегда немного художник, он раскрывает тебя. Встаньте так, вот так, а теперь посмотрите туда, в камеру, и рукой вот так. И уже не ты стараешься выглядеть прилично, а твое внутреннее состояние определяет изображение. Душа не соврет. Вот грусть, усталость, злость или дурачество, а вот взгляд. Ты посмотрел в камеру – и это уже история.

Маленькая фотография, маленький пиксель в огромной матрице истории. Немой свидетель замечательной, но уже прошедшей эпохи.

Голубой берет



Держу в руках голубой берет. Обычный, казалось бы, головной убор из шерстяной ткани с подкладом, потертым рантом и кокардой с красной звездой. Он изрядно выгорел и выглядит старым. Сколько раз я собирался заказать себе в магазине новый, модный бесшовный. А вот достаю свой и смотрю на его потертые края, на маленькую дырочку, аккуратно заштопанную более тридцати лет назад. И говорю себе: «Да, дружище, годы не добавляют нам лоска, факт, но ведь мы с тобой – это целая история, история человека, целого поколения и даже страны. И не буду я тебя менять!»

Впервые свой берет я получил из рук моего друга – одноклассника Андрея Егорова. Он уже год отучился в Коломенском военном училище и после торжественной части присяги пробился сквозь толпу курсантов и родителей и дал мне в руки заветный символ доблести, мужества и чести. Неповторимый момент. Папа очень гордился мной и даже держал мою фотографию в берете у себя на столе под стеклом.

Сколько мальчишек мечтали днем и ночью о таком счастье. Сложилось так, что среди наших сверстников всегда была в почете военная служба. Мы даже не думали, что не пойдем служить в армию. Это была понятная традиция: школа, армия, а дальше взрослая жизнь. И как-то отклоняться от этого обязательного для юноши советской эпохи этапа было неприлично. Можно много толковать и говорить о причинах

такой серьезной военной подготовки школьников, но таковы были правила, и мы им следовали. Более того, наш военрук, Альберт Иванович Скотников, настолько сам любил военное дело и так доступно и просто все объяснял, что мне казалось совсем несложным служить в армии. Я готовил себя к этому важному этапу самым серьезным образом. Строгий режим, спорт, учеба и все такое. Очень волновалась и переживала мама из-за моего выбора дальнейшей жизни. Тому виной беспокойное время непонятного военного конфликта в Афганистане. Туда уезжали молодые ребята, оттуда иногда приходили и печальные известия. Но что нам, молодым, здоровым парням? Нам хотелось испытать себя на прочность, но мы испытывали пока только нервы родителей.

И вот пришло время, я покинул родной дом и отправился осваивать военную науку. Успех пришел не с первого раза. Сначала я отправился в Казань в танковое училище. Зачем? Так захотелось, и объяснить сейчас каким-то здравым смыслом не могу. Но после знакомства с особенностями «танковой» жизни понял, что это не мое. Вот не могу я себя заставить пойти дальше. Написал заявление и уехал домой, в полной решимости подготовиться и поступить в Коломенское училище на факультет ВДВ. Так бывает, что для победы надо иногда отступить и собраться силами. Год пролетел быстро. Снова медкомиссия в военкомате, вызов в училище. Абитура! Сельцы, Есенинские места, комары и заветное: «Принят в КВАКУ и ВДВ!» Маленькие речные катера долго везли

нас в старинную Коломну вдоль берегов Оки и Москвы-реки. Вот ворота, казарма. Первое построение, нас распределяют по взводам и представляют командирам. От усталости падаю в кровать и проваливаюсь в глубокий сон до утра.

Батарея, подъем! Строиться на утреннюю зарядку!

Сонные новоиспеченные курсанты, кто в чем, выходят на середину длинного коридора казармы, которая будет нашим домом на долгие годы учебы. Выходим на улицу, строимся. Побежали. Со всех сторон ровными «коробками» бегут другие подразделения. Начинается первый день жизни в армии. Это потом построения, пробежки, проверки станут чем-то обыденным и привычным, а сейчас все не так, как раньше. Теперь ты непрерывно в боевом коллективе, ты должен знать, что делать, а окружающие и командиры должны знать, что будешь делать ты. Казалось бы, ты уже не принадлежишь себе, ты винтик в огромном слаженном и грозном механизме под названием Советская Армия. Но я всегда говорил себе, что это мой выбор, я хотел этого и без меня армии никак не обойтись. Эти мысли помогали справляться в первых трудностях, и я достаточно легко преодолел непростой переходный период от гражданской жизни к военной.

Может показаться странным, но военная наука мне была очень интересна. Я с удовольствием учился. Столько нового можно найти в высшей математике, физике. А топогеодезия и артрязведка вообще на грани фантастики! Теория вероятности и управление огнем артиллерии... Знакомство

с боевой техникой также приносило немало открытий. Вот эти орудия тихо стоят в артиллерийском парке, даже сложно представить, сколько разрушений и смерти таит этот холодный суровый металл артиллерийских орудий. Такое врезается в память навсегда.

А еще, конечно, нельзя забыть прыжки. Это целое событие, к нему готовимся заранее, укладываем купола, проходим тренировки в десантном городке. Все должно быть отработано до автоматизма, небо не прощает ошибок. Даже сейчас захватывает дух от тех воспоминаний. Ничего более сильного я не испытывал в своей жизни. Страх, уверенность, восторг и счастье одновременно.

Учеба в Коломне прерывалась выездами в учебный центр в Сельцах. Там во время боевых стрельб мы оттачивали свои навыки и применяли полученные знания прямо на местности. А как по-другому прочувствовать все это? Порыть окопы, помесить грязь, обустроить нехитрый полевой быт под открытым небом. Как еще понять, что война не простая прогулка налегке. Это под куполом парашюта легко и радостно. Но вот ты на земле и все свое добро прешь на своей шее.

Да, вот так вырабатывается характер и умение преодолеть себя. Зато как приятно ощущать весенний ветерок, когда после долгой зимы вместе с товарищами выходишь на плац в новенькой летней форме. Ты полночи пришивал погоны, петлицы и шевроны, старательно разглаживал складки и наводил стрелки. И вот ты перед зеркалом, ладный и бравый

курсант-десантник. Новый тельник плотно облегает тело... и берет, который ты первый в жизни раз надеваешь для постоянной носки. Нет, конечно, в отпуске ты красовался перед друзьями, но сейчас ты на полном законном основании можешь лихо заломить его набок или сдвинуть на затылок. Э-Эх! Но эта красота обязывает тебя работать и учиться еще лучше. Твой берет и тельняшка за лето не раз пропитаются потом и пылью, новенькое х/б выгорит под солнцем и пропитается солью. Такова доля военной формы. Но несмотря на все трудности службы, это время останется в тебе навсегда.

Пожалуй, самое яркое воспоминание – это празднование шестидесятилетия ВДВ летом 1990 года. Мы тогда сделали немало прыжков с парашютом, и на груди появился новенький значок «Парашютист-отличник». Мы уехали в отпуск в самом конце июля и договорились встретиться в Москве на празднике. Ух! Вот это было представление! Аэродром Тушино. Огромное летное поле, на котором непрерывно шли показательные выступления десантников. Отличная погода. И невероятное авиашоу с десантированием подразделений и боевой техники. Что за мощь представляет наш легендарный Ил-76, ласково называемый «Илюшей». Вот он еле виден на горизонте, вот гигантская дюралевая птица снижается, видно, как открывается рампа и оттуда падает маленькая коробочка. Вот над ней раскрылся купол, и к земле опускается грозная БМД-шка. Вот из следующего самолета высыпались черные точки и превратились в белоснежные одуванчи-

ки, медленно плывущие к земле. Буквально считанные минуты – и слаженная работа десанта оживляет боевую машину пехоты и на всех парах под восхищенный рев зрителей и неумолкающую стрельбу мчится к трибунам. И конечно же, море голубых беретов и тельняшек. Оно заполняет весь город, все улицы и площади утопают в этой синеве. Как же круто чувствовать себя причастным ко всему этому ликованию!

Даже сейчас, через много лет, 2 августа я чувствую этот трепет в груди, надеваю тельняшку, берет и смотрю в зеркало. Да! Там уже не юный паренек. Но блеск в глазах и решительность остались те же. Нет, я не купаюсь в фонтане. Мы собираемся семьей за столом и обязательно поднимаем тост «ЗА ВДВ!»

Экзамен



Тишина... За окном солнце заливает светом липы, кото-

рые выстроились тенистой аллеей перед средней школой № 7 имени Надежды Константиновны Крупской. В здании торжественное безмолвие. Кажется, что если пробежит мышь, то топот ее лапок разнесется гулом по всем этажам. Обычно в школе многолюдно, но сегодня занят только один кабинет литературы на четвертом этаже. 10 “А” пишет сочинение. Экзамен! Первый выпускной отчет о том, что ты можешь сказать, написать на заданные темы. Первая веха в череде событий интересной, хотя и непредсказуемой жизни. Все волнуются. Аккуратно разложены листочки на партах, приготовлены запасные ручки. Легкий шелест бумаги и старательное сопение над одним из важных литературных трудов в жизни.

Десять лет остались позади. С одной стороны, распирает грудь от преодоления такого пути, а с другой, невероятное волнение перед тем, как тебя оценят. Да, последний год учителя и нынешние выпускники оттачивали свои знания, но точку ставит ЭКЗАМЕН.

Вот прошло около полутора часов, а может, и больше. Много страниц исписано, кое-кто задумался над содержанием изложенного материала, а вот кто-то пытается судорожно вспомнить то ли правило, то ли фразу из еще вчера знакомой, а сегодня напрочь забытой цитаты. Кто-то вполне доволен собой и делает небольшую передышку перед ответственным этапом переложения сочинения на чистовик. И вот в тишине раздается шуршание фольги от шоколадки (на экза-

мен можно было взять шоколадку и воду). Он непременно наполняет весь класс движением. Все хотят посмотреть на смельчака. И ВСЕ сразу хотят того же самого. Андрей Егоров, понимая, что процесс не остановить, резко разворачивает шоколад – и снова тишина. «Ребята! Давайте все раскройте шоколад сейчас, и не шуршите дальше!» – говорит преподаватель. Мгновенно весь кабинет наполняется радостным шорохом фольги и бумаги. Разрядка напряженности состоялась, пора продолжать.

Так я и мои друзья начали долгий марафон подготовок, консультаций и экзаменов перед выпуском из школы. Это был, пожалуй, самый фееричный в моей жизни этап отчетов. Был какой-то эмоциональный подъем, можно даже сказать, кураж, когда ты с каждым разом, оказываясь перед столом с билетами, все меньше и меньше волнуешься. С каждым разом уверенность в своих знаниях крепнет, де еще и верные друзья ждут в коридоре и так же волнуются и радуются твоим победам.

Мы классно сдали все экзамены. Было очень много отличных оценок, а потом выпускной, море цветов, слезы девчонок и учителей, да что говорить – и у меня ком стоял в горле, когда понял, что закончилось целое десятилетие, начавшееся солнечным утром 1 сентября 1977 года. Вот и встреча рассвета на плотине «Кольчугинского моря». Больше не будет таких уроков – они сменятся «парами». Не будет четвертей – они станут семестрами. А может, и не будет, а может...

Да все что угодно может.

Неизменно по жизни придется подтверждать свои знания и умения, чтобы куда-то поступить, получить права или новую квалификацию. Постоянно мы будем проходить через экзамены. Вступительные экзамены в институтах, в огромных аудиториях прославленных или не очень вузов, ожидание результатов на доске объявлений. А может, жаркое экзаменационное лето в Сельцах. Много работы, железная дисциплина, экзамены, медкомиссия и финальное собеседование и зачисление на факультет ВДВ.

Не могу сказать, что для меня экзамены были каким-то стрессом. Нет, волнение всегда было, но я был абсолютно уверен, что знаю основы предмета и смогу проложить логическую нить, чтобы ответить на поставленные в билете вопросы. Но однажды эта уверенность меня подвела. Хотя я ответственно подходил к изучению необходимых наук в Коломенском училище, допустил досадную оплошность при подготовке к экзамену по физике. Ничто не предвещало беды, но я потерял свои конспекты лекций замечательного преподавателя Льва Абрамовича Балясного.

Видели бы вы этого потрясающего человека, абсолютно не подходящего для военного заведения. Такой маленький профессор среди погонов, пилотов, фуражек и беретов. Вот посмотрите фильм «Человек эпохи возрождения», где в главную роль играет Денни Де Вито. Когда смотрю на этого маленького человечка, сразу вспоминаю нашего физика. Он

беззаветно был предан науке, но большая часть курсантов, утомленных повседневными армейскими делами, неумолимо засыпала под рассказы о таинствах мироздания. И Лев Абрамыч мог продолжать свою лекцию даже для одного неспящего слушателя. Иногда, конечно, он взывал своим характерным картавым голосом к поникшим рядам «слушателей»: «Ребята! Ну что же вы дрыхните! Это же так интересно!» Конечно же, все сразу же встряхивались, старший приносил извинения, мол, устали после наряда или караула. Нам было искренне жаль его, но усталость и мерная речь профессора вырубала стойких десантников уже на пятой минуте продолжающейся лекции.

Так вот, лекции я записывал очень аккуратно, превозмогая тяжесть век, но... потерял. Экзамен завтра, Балясный любил проверять конспекты. Ну, не тщательно, но ему нравилось, что курсант фиксирует его слова. Предстояло проявить старание. Упорство, выдержку и военную хитрость. С начала самоподготовки и всю ночь я потратил на восстановление конспекта. Это в какой-то степени дало мне возможность быть в теме предмета, представить конспект пред светлы очи преподавателя, но в деталях я точно бы поплыл, причем совсем в другую сторону. Что делать? Поступим, как Македонский. Вяжемся в бой, а дальше два варианта. Вот захожу в класс в первой очереди, беру билет. О да! Познания мои о поставленных вопросах были, но как бы не на положительную оценку. Вот выбрал подходящий наглядный ма-

териал для ответов. Сел за парту. И тут случилось невероятное, что никогда больше не происходило.

– Лев Абрамович! Не могли бы вы уточнить несколько моментов по билету?

– Да, конечно!

Не знаю, что нашло на мудрого профессора, но он сел ко мне за парту и целых десять минут мы с ним говорили о теме моего билета. Как получалось, что он мне задавал простые вопросы, при помощи которых я сам отвечал.

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.