

ДЫХАНИЕ ЙОГОВ

Говорят, половина болезней – от неправильного дыхания: оно у городских жителей поверхностное. Да и не только дыхание. Торопимся, на бегу хватаем еду, знания, недодумываем мысли, недоиспытываем чувства: всё по верхам. Так говорит мой тренер по йоге. А я по его совету практикую глубокое дыхание на прогулках после работы.

Седые шевелюры парковых деревьев поредели – солнце, светившее сегодня совсем по-весеннему, выжгло им проплешины. Оставшийся на ветках снег в свете фонарей серебрился чешуёй. Повсюду пастельные тона – от «Февральской лазури» Грабаря до кустодиевской «Масленицы». И вдруг – провал. Как будто мне, благородной барышне, гуляющей по галерее, вместо картин пейзажистов девятнадцатого века подсунули под нос «Чёрный квадрат» Малевича.

– Вон твой будущий муж. Смотри, какой красавчик, – бурно смеялись подростки, проходя мимо корячившегося у берёзы пьяного мужика. Он сидел под деревом и совершал безуспешные попытки встать.

– Будешь его домой на санках привозить, – продолжал парень из компашки. – Отличный муж, Ирка, не проходи мимо.

– Да ну вас, идиоты, – отмахивалась тонконогая Ирка в огромном пуховике. Но это всё было, скорее, кокетство. Она хоть и кривилась от предложения, но потом вместе со всеми смеялась, обнажая белые зубы в тёмной рамке сочно накрашенных губ.

– Па-ма-ити... па-ма-ити, – невнятно бормотал мужик. Он сидел в сугробе, напоминая покосившийся кресло-мешок, какие выставляют на верандах летних кафе.

Я брезгливо поморщилась и подавила рвотный рефлекс. Прошла почти бок о бок с подростками, но в противоположную сторону. В нос ударил

тяжёлый запах мочи. Думаю, его не было. Запах всплыл из другого времени, из детства. Отец уходил в запой и лежал на кровати обмочившийся. Мама стаскивала с него вонючие джинсы, трусы и шла стирать. Ложилась спать с нами в комнате – с ним было невозможно и тошно. А, может, за нас боялась, что вдруг проснётся и в пьяном угаре пойдёт бить всех, кто попадётся под руку. Но нас он не трогал. Да и маму не бил. Вот только жизнь её так и прошла за стиркой обоссанных портков да уделанного рвотой постельного. Этот запах не выведет из моей памяти никакое средство.

«Так, дышать, дышать глубоко, вдыхая свежий февральский воздух», – скомандовала я самой себе. Это было непросто, но я уже за долгие годы научилась самоконтролю. Научилась смотреть на мир через оптику, где фокус смещён с изъянов на красоту. На всё некрасивое у меня дизайнерская аллергия. Вскоре я уже снова погрузилась в бездумное созерцание и наслаждалась прогулкой. На небольшом катке в центре парка весёлым хороводом катались дети и взрослые. Круговое движение любителей пресекали резкие и стремительные профессиональные прокаты. Это юные хоккеисты отскакивали от бортика к бортику, словно отрикошетившие пули. То здесь, то там мелькали молодые мамы с яркими колясками; дети, смеясь, съезжали с горки, налетали друг на друга и кубарем выкатывались в снег; прогуливались под ручку студенты и пожилые пары.

Я обошла весь парк и, сделав заход на очередной круг, случайно снова вышла на ту аллею, где сидел пьяный. Он уже не пытался подняться, а просто сидел, опершись спиной о ствол. Глянула на часы – круг по всему парку занял у меня не меньше получаса. Спускались сумерки. На ультрамариновом небе зажигались первые звёзды. Несмотря на опять защекотавший ноздри запах мочи, я замедлила шаг. Мужик не выглядел бомжом. Тёмно-синие джинсы, чёрный пуховик, трикотажная шапка, натянутая по самые брови. Половина мужчин в России зимой выглядит именно так. Варежек на нём не было, и его уже обмороженные кисти по цвету напоминали шкурку бройлерных кур. Во всей позе пьяного угадывался

Ждун – скульптура голландской художницы. Он был такой же поникший, собранный в гармошку складок, со взглядом морского котика. И точно так же ждал... Ждал помощи от проходящих мимо.

Навстречу мне шли двое мужчин. Шли быстро, ни на что и ни на кого не заглядываясь. Обычно с таким видом идут с работы, в уютную квартиру, где жена уже поставила на столе борщ и налила рюмку водки. Мужчины прошли. И я прошла, но в этот раз уже не получилось так быстро мысленно отделаться от пьяного. А вдруг он не по собственному желанию напился? Может, он владеет какой-то тайной, а люди, которые пытаются её выведать, решили его подпоить. Операция прошла успешно, информация получена, а пьяную жертву просто выбросили в людном месте. Авось, кто пожалеет. Всё, хватит уже конспиративных теорий. «Тпру», – натянула я вожжи, пытаюсь обуздать собственное воображение, которое придумает историю на пустом месте. В конце концов, невозможно заставить человека пить, если он не хочет. Прямо под ноги мне выкатился розовощёкий карапуз на ледянке и чуть не сбил. Он окончательно поменял ход моих мыслей. Я глубоко вдохнула и подумала, как прекрасен февраль. Прошлась немного и села на лавку покормить птиц. Я ещё ничего не достала из сумки, а воробьи уже ватагой двинулись на меня. Найдя пакетик с семечками, я сгребла остатки и бросила на снег. Семечки упали все рядом, как на тарелку. И птицам пришлось подминать своих соседей, расталкивать их крыльями. Лакомый кусок достался не всем. Самые слабые потолклись, потёрлись, и, не сумев протиснуться, так и упрыгали ни с чем. Совсем маленький воробей схватил семечку и только хотел проглотить, как прямо из его клюва стащил добычу большой и напористый.

– Вот он, естественный отбор в действии. – Раздалось в ушах как приговор.

Я вздрогнула от неожиданности. А это сидевшие на соседней лавке парни, оказывается, вместе со мной наблюдали картину битвы за пропитание.

– Может, мелкий ещё и выживет. До весны осталось недолго.

Кормить птиц больше было нечем, и я снова пошла по парку. Если днём

припекало по-весеннему, то сейчас чувствовался морозец. Я сделала очередной круг и снова вышла на аллею с пьяным. В этот раз не случайно, как в прошлый раз, а намеренно. Он всё ещё был там. За истекшие полчаса ничего не изменилось, только людской поток поредел да сгустились краски. Ультрамариновое небо стало графитовым. И теперь увидеть человека на тёмном фоне было почти невозможно. Я видела лишь потому, что знала – он там. Не подходя, нащупала в сумке телефон.

«Вроде вырезители собирались вернуть, – вспомнила новость, о которой где-то слышала вполуха. Но в бутерброде между «собирались» и «сделали» – колбаса, которая будет катиться из Москвы в регионы несколько лет. В полицию? Так этот мужик вроде ничего плохого не сделал. По крайней мере мне об этом ничего не известно. Нет, в скорую как-то логичнее», – и я набрала 103.

– Здравствуйте. Вы позвонили в Единый диспетчерский центр скорой и неотложной медицинской помощи. Пожалуйста, не кладите трубку, мы обязательно Вам ответим.

– Вот чёрт, – не сдержалась я. Меж тем телефон был уже близок к энергетической смерти. Перевела в экстремальный режим: кто его знает, насколько быстро мне ответят? Может, он на морозе совсем вырубится к тому времени. Да ладно телефон: на моих глазах скоро человек околеет. Да, блин, вот такой бухой, облёванный, похожий на тюфяк, способный разве что сворачиваться в клубок, как гусеница, если в неё ткнуть палкой. Да, вот такой, но всё-таки не гусеница, а человек...

Здравствуйте. Что у вас случилось? – в ленту мыслей двадцать пятым кадром проник незнакомый голос.

– Здравствуйте, – обрадовавшись, почти выкрикнула я. – Тут в парке человек пьяный на снегу сидит.

– И?

– Ну ему нужна помощь, желательно скорая.

– Почему вы так решили?

Я опешила:

– Потому что он не может встать, а на улице минус пятнадцать и, если он здесь заночует, то, скорее всего, отморозит конечности. Если, конечно, не замёрзнет насмерть.

– А мы-то что можем сделать? У нас только ковидников целая очередь. По несколько суток доехать не можем: врачей не хватает. А в вашей ситуации мы причём?

От беспомощности я была готова разрыдаться:

– Я знаю, что вы не причём. Но если вы скажете, кто причём, и дадите их номер, я позвоню туда. А так я не знаю, кого это касается и что делать. А ещё у меня разряжается телефон, и я вряд ли смогу долго с вами разговаривать.

Повисла тишина, которая, казалось мне, длилась и длилась, просто растворившись во времени. И вдруг, как в конце тоннеля, на том конце трубки тоже забрезжил свет – искра, дающая надежду.

– Где вы?

– В парке на пересечении Лермонтова и Грибоедова.

– Пошлю вам бригаду.

– Спасибо.

Я огляделась: людей вокруг – никого. Надо же, как быстро пустеет зимой на улице. Казалось бы, только недавно была толпа гуляющих. Подошла к пьяному, тронула его за плечо.

– Эй, вы живы?

Он поднял на меня глаза, с усилием расклеив покрывшиеся инеем ресницы.

Протянул:

– Даа...

– Сейчас приедет скорая. Отвезёт вас...

Мужчина улыбался какой-то странной, перекошенной улыбкой. Вдруг догадалась — это не от радости, что кто-то готов помочь, просто лицевые мышцы свело морозом. Я направилась к выходу. Мужчина отчаянно замычал, потянул ко мне руку, словно утопающий, который пытается ухватиться за

жизнь.

– Не волнуйтесь. Скоро вернусь.

Ещё на тропинке я услышала сирену. «Неужели ко мне? Только бы да», – мысленно умоляла я мироздание. Запыхавшись, добежала до центральных ворот. Черноту вечера уже взболтал, как миксером, голубой проблесковый маячок. Скорая затормозила. Из машины вышла врач – худая женщина чуть за сорок, с невыразимо усталым взглядом – и шофёр, низкорослый, коренастый, по виду уже пенсионер. Мне стало неловко, что заставляю их таскать в меру упитанных перебравших мужчин. Когда звонила, не знала, кого пришлют. Думала, что как-то подбирают в соответствии с вызовом. Вот дура!

– Вы звонили? – только и спросили они.

– Я. Пойдёмте.

Мы втроём доволокли пьяного на носилках до машины и водрузили на кушетку в салоне. Водитель зажёл свет.

– Шпашибо, дошка, – с трудом произнёс мужчина. Только сейчас я впервые рассмотрела его лицо. Оно было покрыто морщинами, как будто руслами маленьких и больших рек, впадающих в озёра светло-голубых глаз. Пьяный тяжело и быстро дышал, словно не мог глотнуть достаточную порцию воздуха.

– Всё, больше вы нам не нужны. Можете идти, – сказала мне врач. – Адрес свой помнишь? – обратилась она уже к мужчине.

– Да, – ответил он и закрыл глаза. Видимо, сомлел в нечаянном тепле, на которое уже не надеялся...

– Спасибо вам, – пожала я руку врачу, понимая, что заставляю людей делать не их работу.

Она улыбнулась. Не губами, а морщинками вокруг глаз. Так улыбаются люди, которым обычно не до улыбок.

Скорая уехала. А я ещё минут пять смотрела ей вслед. Телефон мой давно «умер», и я не знала, который час. Казалось, что, придя в парк, я

попала в какой-то временной портал, в котором встретила новую себя. Или, наоборот, прежнюю: которая не навешивала на людей ярлыки и не испытывала брезгливости, которой не нужны были болезненные раздумья – помочь или пройти мимо... Поскрипывая сапогами по снегу, я побрела домой. И удивительно: дышалось глубоко, само по себе, безо всякого контроля.