

ГАБРИЕЛЕ ФОН АРНИМ

УТЕШЕНИЕ ВРЕМЕНЕМ

КАК СБЕРЕЧЬ ТЕПЛО ВОСПОМИНАНИЙ
И СНОВА ОТКРЫТЬ СВОЕ СЕРДЦЕ



УДК 159.9

ББК 88.3

A84

Gabriele von Arnim

Das Leben ist ein vorübergehender Zustand

Перевод с немецкого Елены Шмелевой

Арним фон Г.

- A84 Утешение временем. Как сберечь тепло воспоминаний и снова открыть свое сердце / Габриеле фон Арним; [пер. Е. Шмелевой]. — М. : КоЛибри, Издательство АЗБУКА, 2025. — 256 с. — (Популярная психология для бизнеса и жизни).

ISBN 978-5-389-29297-0

Этот сборник эссе не просто история болезни и ухода. Это честный, лишенный пафоса дневник любви, которая расцвела заново в самое трудное время. Габриеле фон Арним пишет не о жертвенности — она рассказывает о буднях, где совместное приготовление завтрака становится ритуалом, а приход друзей — счастливым событием.

О тесно переплетенных страхе, мужестве и любви. О моменте, когда «на-всегда» оказывается короче, чем мечталось. Но главное — о том, что даже в отчаянии есть место смеху, а в горечи потерь — благодарности за каждый прожитый вместе день.

УДК 159.9

ББК 88.3

ISBN 978-5-389-29297-0

© Rowohlt Verlag GmbH, Hamburg, 2021

© Gabriele von Arnim, 2021

© Шмелева Е. Р., перевод на русский язык, 2025

© Издание на русском языке, оформление.

ООО «Издательство АЗБУКА», 2025

КоЛибри®

*С некоторых пор меня не оставляет мысль,
что будущее уже ждет нас. Что оно уже приготовило
для нас события, случайности, причины смерти,
о которых мы ничего не знаем. Но они уже есть,
и скоро настанет их черед.*

АННЕ ВЕБЕР

«ПРАРОДИТЕЛИ. ДНЕВНИК ВРЕМЕНИ»

ПРОЛОГ

Он все знает и формулирует свои мысли блестяще, как и прежде. Но только никто его не понимает. Поражен не речевой центр, а центр артикуляции. Он находит нужные слова, но звучат они как взрывающиеся шарики-хлопушки. После чего слова словно валяются на полу, и нужно попытаться их собрать в предложения, расшифровать и наконец ответить. Он так вожделенно ждет ответов. Он так ищет разговора, так нуждается в нем. Ведь он все еще человек. Человек, обладающий живым умом, но не способный разборчиво говорить, ходить, читать и писать.

В ловушке. Разбит. Заперт.

Вот уже десять лет.

В юности он был профессиональным спортсменом и даже однажды победил Мартина Лауэра, шестнадцатикратного чемпиона Германии по бегу с препятствиями. Он любил об этом рассказывать. Посреди

рассказа всегда ухмылялся и признавался, что Лауэр тогда бежал с рукой в гипсе.

Он все еще был довольно спортивным, когда это случилось. Увлеченно играл в теннис, катался на велосипеде: очень любил движение. Но после первого инсульта — с кровоизлиянием — он получает односторонний паралич и больше не может ходить; после второго — мозжечкового — он, столь блистательный оратор в кругу друзей и на работе, больше не способен говорить так, чтобы сразу можно было расшифровать его слова. Чтобы составить из его слогов слова и услышать предложения, нужны фантазия, тренировка и эмпатия. Приходится быть терпеливой, чтобы уловить смысл в звуках, которые он произносит, как мать, которая прислушивается к лепету своего малыша.

«Я все понимаю, я не дебил», — часто говорит он, когда замечает замешательство у людей от его кажущегося бессмысленным бормотания.

Разумеется, он не дебил. Его пытливый, быстрый ум работает, как прежде. Но он заперт в теле, словно в темнице: ведь его речь практически непонятна другим людям и невыносима для него самого. Это не тот голос, которым он говорил тогда, не тот звучный камертон, в который я когда-то влюбилась. Глубокий, манящий тембр, полный грубоватого эротизма, которым он разговаривал со мной, звоня каждые два-три часа из многочисленных телефонных будок города,

где мы однажды познакомились на ужине. За этим голосом я поехала из Нью-Йорка в Вашингтон, чтобы еще раз получше рассмотреть мужчину, которому он принадлежал.

Этот голос превратился в хрип с некоторой одышкой, в глухой скрежет. Словам приходится продираться через вялый язык, через полупарализованное небо. Он ненавидит собственный голос. Разговаривать для него мучительно. А ведь он так любил говорить, всегда и везде. Теперь же каждое слово он запускает, как снаряд, изо всех сил, всем телом.

Как вынести это, как вынести такую жизнь? Когда ты все слышишь, все понимаешь, все анализируешь — и при этом остаешься практически без собеседников, в стороне, на отшибе, ведь никому не хватит терпения, способности и внимания, чтобы понять твои слова.

Насколько же переполнена голова, которая получает всю информацию, но из которой ничего не может выйти, которая только потребляет. Общение было его призванием. Его проклятье после инсультов — молчание.

Как чувствует себя человек, когда ему становится тесно, когда его тело превращается в тюрьму, из которой нельзя сбежать, и когда мысли нужны лишь для собственного развлечения? Как можно вынести жизнь, продолжающуюся только в твоей голове? Как

жить в таком одиночестве? Отвергнутому жизнью, в которой ты все еще существуешь: присутствуешь и в то же время отсутствуешь. Ведь ты начинаешь умирать, будучи живым.

Раньше одним из прообразов одиночества для меня был человек, который разговаривает с мухами, описанный американским писателем Джоном Чивером в романе «Скандал в семействе Уопшотов»¹. Этот человек работает посыльным в химчистке и живет один, унылый и заброшенный. По вечерам он радуется, если к нему на кухню прилетают мухи, и не отгоняет их, так как нуждается в их обществе.

«Мы совсем одни, — говорит он мухам. — Вы хорошо выглядите»².

И, сказав им комплимент, молча доедает свой ужин.

Теперь, когда я думаю об одиночестве, я думаю о нем. У него были гости. У него была преданная, веселая сиделка, быстро научившаяся его понимать. У него была я. Но он больше не мог разглагольствовать с друзьями и тем более выступать публично, рассказывать анекдоты, дискутировать, а именно этим он

¹ Чивер Дж. Семейная хроника Уопшотов. Скандал в семействе Уопшотов / Пер. Т. Л. Ровинской, В. И. Ровинский. М.: Текст, 2021.

² Здесь и далее, если не сказано иное, перевод Е. Шмелевой.

всегда и жил: разговорами, комментариями, спорами. Он не мог отвлечься на физические упражнения: побегать в парке или погонять мяч на теннисном корте, покататься на велосипеде. Не мог спастись в мире книг. Не мог читать. Он нуждался в постоянном внимании, уходе, лечении. Его кожу нужно было натирать мазью, его необходимо было купать, одевать, раздевать, сажать в инвалидное кресло и развлекать.

Он полностью зависел от других. У него больше не было личного пространства. Для человека важно и то, что он сохраняет для себя лично, — пространство, принадлежащее ему одному. Его границы нарушались вновь и вновь — врачами, сиделками, терапевтами, мной. Десять лет я наблюдала его отчаяние, растущее одиночество, обреченность.

Посмотри на меня, кричал, даже орал он. Посмотри же на меня. Это лицо, этот голос, это тело — это уже не я.

Некоторые его друзья плакали, когда впервые видели его — этого другого, поломанного человека. Я злилась на них. Как они смели причинять ему боль своими слезами?

Другие хотели избежать всего этого и не приходили.

Каково видеть живой дух, запертый в стенах? Заключенный в полупарализованное тело. Даже сейчас — когда я пытаюсь рассказать, как это было, каково,

наверно, было ему, — я отвлекаюсь, потому что эти картины мучают меня. Потому что случилось что-то, чего не должно было случиться. Я беспомощно выглядываю в окно — наверное, нужно немного прогуляться, спуститься по улице, повернуть налево и купить кофе в пекарне, сесть и выпить его. Почитать газету за столиком. На протяжении десяти лет он не мог допустить даже мысли о подобном. Он не мог встать и дойти до туалета, не мог выйти из комнаты, взять книгу с полки и почитать, вставить диск и послушать, почистить и порезать себе яблоко на кухне, налить бокал вина и выпить, закусив бутербродом с сыром, который он не мог себе сделать. Он не мог взять свитер из шкафа, если замерз, позвонить другу, когда хотелось поговорить, даже не мог написать электронное письмо.

Одна рука была парализована, а другая дрожала, кружилась над каждой буквой, как подбитый самолет. Он все еще быстро мыслил. И поэтому не мог вынести, что приходится медленно писать. Чтобы набрать одну букву на клавиатуре, требовалась почти минута.

Куда деть мысли, которые крутятся только внутри твоей головы? Куда деть чувство изолированности? Куда он сбегал?

Разрушенный человек. Медведь без леса.

Порой я думала, что он взорвется со всей той силой, которая накопилась внутри него. Со всеми зна-

ниями и юмором, со всем гневом и нежностью его должно разорвать, как стакан с замершей водой. Со всем этим одиночеством, когда его опять никто не понимал, с необходимостью оставаться наедине со всеми мыслями. Или рядом со мной. Он кричал на меня и прогонял, любил меня страстно и нападал с яростью.

Снова и снова — я знаю, что повторяюсь, но не могу не спрашивать себя снова и снова, снова пытаться представить себе, что он чувствовал внутри. Кажется, Эстер Кински однажды сказала, что, когда переводишь с одного языка на другой, нужно погрузиться в текст до изнеможения, пока не войдешь в транс, в состояние, где ты уже не внутри себя, а внутри другого человека.

Я боялась, да и сейчас боюсь. Я не прохожу весь путь, а убегаю, как и всегда, назад к себе, в свое состояние. Я могла говорить, ходить, писать, читать. Какое благословение. И все же я почти разбита тем, что обычно зовут судьбой. Никогда особенно не любила это слово. Оно казалось мне слишком напыщенным, драматичным, религиозным. Но внезапно оно стало звучать иначе, потому что мифическая фатальность стала обычной реальностью. Потому что это испытание можно было пройти только со смирением. И с фантазией. Потому что у великого фатума можно

было вырвать лишь скудное поле для маневра, которое стоило бы обустроить.

— Что есть судьба, а что мы решаем сами? — однажды спросили мудрого гуру.

— Встань на одну ногу и подними другую, — ответил он.

Стоять на одной ноге было уже достаточно тяжело.

После его смерти один мастер, который часто его видел, написал мне: «Я слышал о смерти Вашего мужа. Мы должны ему это позволить».

СМЕРТЬ

Он ушел как раз весной.

Октавио Пас пишет, что смерть для парижанина, для жителя Нью-Йорка или Лондона — это «слово, которого избегают, ведь оно сжигает губы». Мексиканец же, напротив, ищет смерти, «ласкает, дразнит, празднует ее, спит вместе с ней». Смерть — его любимая игрушка и верная возлюбленная, которой он хочет отдаться добровольно.

Какой восхитительный соблазн. Нежное ожидание смерти, вдохновенный любовник, которого ты приветливо встречаешь, несмотря на предчувствие опасности — а может, именно благодаря ему, — страстно обнимаешь и мягко принимаешь. Увядаящая и все еще грешная плоть сопротивляется и в то же время желает, восстает и подчиняется, сокрушенно поддаваясь зловещему шепоту смерти. Опьяненное восторгом угасание. Экстаз в последнем акте. Маленькая смерть в любовной

игре, большая смерть в последнем вздохе, еще раз еле слышное «Возьми меня», из последних сил произнесенное в отчаянном прыжке Отсюда Туда. Его можно было бы почти пожелать, этого последнего любовника твоего тела.

«Если хочешь убить меня, то убей поцелуями», — говорят в Мексике. В этой стране люди быстро привыкают жить вместе со смертью, с изящными ребрами, с белыми скелетами и черепами — глаза в пустых впадинах, рот без губ, крепкие зубы, — с трепещущими белыми костями бедер и голеней и нежными косточками стопы. Идешь по улице и видишь на балконе деревянный скелет, в книжном магазине с потолка свисает реберный каркас, а с настенных фресок приветливо машут костлявые руки. Повсюду паразитично похотливая безжизненность. Повсюду культ мертвых и голые черепа. На каждом рынке можно купить головы. Они сделаны из гипса или из глины и чаще всего разрисованы кричащими красками. У некоторых глаза из блестящих камней сверкают с кажущейся веселостью. У мексиканцев загадочное и чувственное отношение к смерти. Они устраивают пикники и поют на гробницах, общаются с Катриной — возможно, самой известной женщиной в стране, — которую можно встретить на улице, в холле отеля, где вы остановились, или в ресторане, названном в ее честь, где она, пугающе прекрасная, улыбается со

стены. Есть постеры, рисунки и бесчисленные картины с этой мертвой женщиной, кокетливо заигрывающей с нами, будто смерть гораздо интереснее, чем угасающая жизнь. Обычно одетая пышно, с рюшами на лифе, красочно расшитой юбкой, ярким макияжем и с аляповатыми шляпами на голове, она стоит перед бутиками, рекламируя одежду и женственность, или отдыхает на скамейке в магазине мороженого со своими экстравагантными друзьями. Иногда она обитает в маленьких разноцветных стеклянных коробочках, которые можно поставить на полку дома.

Сначала ты фотографируешь это все как странности. Удивленно и ошарашенно улыбаешься такой экзотике. Пока не начинаешь понимать, что все это имеет отношение непосредственно к тебе, к неизбежной близости между «сейчас» и «потом», между собственным телом, еще покрытым мясом и испещренным кровеносными сосудами, и будущим гладким, голым скелетом. Ты немного неловко усмехаешься, с наслаждением втягиваешься в свою теплую кожу, нежно, торжествующе проводишь рукой по ней, ощущаешь живую текстуру — ха, я все еще жива.

Однажды утром в доме своей мексиканской подруги, куда приехала накануне вечером, я, следуя за неотразимым ароматом свежесваренного кофе, пришла на кухню, где подруга сидела на красном диване. В одной руке у нее была кружка с кофе, а в другой —

развлекательная часть газеты. Экономическую часть она положила на колени скелету, сидевшему рядом с ней. Я была в ужасе. Ее муж умер несколькими годами ранее. В моей голове всплыло то время, когда я проводила исследование в Музее естественной истории в Нью-Йорке, где мне разрешили изучить десятки ящиков холодильника, в которых десятки тысяч червей грызли мясо мертвых обезьян или шакалов, обнажая чистые белые кости.

Она сидела и, наверное, все поняла по моему потрясенному лицу.

— Возьми себе кофе, — сказала она. — Добро пожаловать в Мексику.

Скелет рядом с подругой, конечно же, состоял не из настоящих костей, а был вырезан из дерева. Но моя фантазия была настолько взбудоражена еще и от того, что я никогда не отваживаюсь представить себе, как он выглядит сейчас — там, внизу, глубоко в могиле, в гробу, наверное, уже давно сгнившем. Иногда я прихожу к нему на могилу, заботливо сажаю там лаванду, левкой и розмарин, чтобы не думать о том, что происходит под землей. Там, где черви наслаждаются его плотью.

Сегодня пятая годовщина его смерти, а я практически в час, когда он умер, бросилась в объятия другого мужчины. Мне нужны были кожа, руки, теплая

жизнь. Я хотела страстных порывов, силы, настоящего момента, желания. Хотела убедиться: я живу.

Опять я воображаю то, чего не было. При этом пришло время наконец заняться чем-то непристойным. Кто знает, сколько лет мне осталось, прежде чем я лягу рядом с ним и мое тело тоже станет кормом для кого-то и удобрением для кладбищенской земли. (Кстати, нужно удалить ртуть из пломб, чтобы не отравлять землю.) Может, я смогу жить дальше, как Катрина, и буду стоять в стеклянной витрине на стойке любимого бара.

Нет, я никому не бросилась в объятия, а просто ушла в свою комнату с чашкой чая и предалась воспоминаниям. Я не могла пойти в его комнату. Там уже давно живет молодая женщина, которая сегодня рано утром уже занималась вокальными упражнениями и весело напевала.

В час его смерти здесь царило глубокое спокойствие. И внутри меня тоже. Днем раньше я выступала на радио. Его паллиативный врач — так она мне потом рассказывала — остановилась на улице, чтобы меня послушать. Она не верила, что у меня получится связный рассказ. Он получился, и я этим не горжусь.

В это утро я поставила в его комнате музыку. Сюиты Баха для виолончели. В те дни и в последние недели он выносил только ясность. И жизнерадостность. Мне он разрешал читать ему только Исааха

Рингельнаца. Все остальное он отвергал, замирая в нервном, дрожащем смятении. Может быть, он мог слышать Баха даже во сне, под морфием. Я заварила себе чай и, усталая, присела на его кровать. Он спал. Дышал ровно. Между нами — тишина, мягкая тишина, и в ней — неожиданная гармония, созвучие. То, чего так часто не хватало в жизни, казалось, нам удастся в смерти. Я подумала, что могла бы просидеть так еще пару дней. Так бы мы попрощались друг с другом. Я смотрела на серо-голубое весеннее небо, по которому плыли густые белые облака, и, утихомирив свою изможденность, в глубоком покое пила чай.

Мы достигли конца пути. Он умирал. Дома. Как я ему и обещала. Путь был долгим, борьба была тяжелой. Сейчас все было хорошо. Хорошо, что это происходило сейчас. Он не мог и не хотел больше жить — уже несколько дней ничего не ел и не пил, не принимал лекарства, выбивал из моей руки ложку, которой я собиралась его кормить. Я была готова и собрана — и в совершенном шоке, когда это произошло, когда он сделал очень глубокий и долгий, дрожащий беззащитный вдох и... и теперь я задержала дыхание и прислушалась, приложив ухо к его сердцу, нащупывая пульс пальцами. Я позвала его. Не сейчас, еще нет, пожалуйста, не оставляй меня сейчас одну, останься еще ненадолго, останься. Я говорила так, будто он гость, которого я прошу выпить со мной еще по бокалу и только потом уходить.

Но он ушел. Как раз весной. Когда все движется и прорастает, когда набухают почки и жизнь просыпается. Легче ли прощаться осенью? Когда и так все отцветает, проходит и впадает в спячку. Смерти плевать на время года. Она атакует, когда захочет. Забирает, кого захочет. Теперь забрала и его.

Это не был сон под морфием. Эта была смерть, в которой он исчез. Которая пришла в момент нежного созвучия между нами. Он ждал меня, чтобы умереть рядом со мной. Чтобы подарить мне последнюю близость, которая могла быть между нами. Как часто я нашептывала ему в последние недели, что он не должен жить ради меня, что он должен идти своим путем. И вот он это сделал. Ушел. А я осталась. Остаться — так же неизбежно, как и уйти.

Я открыла окно — птицы пели, как и раньше; я подумала, они празднуют жизнь, а потом несколько часов пролежала на нем и рядом с ним, с этим телом, которое я когда-то любила и которое, казалось, все еще дышало на этой стороне, пока он переходил на другую. Это было его тело — еще теплое и мягкое, не совсем еще труп, в нем еще чувствовался он — в переходе, в прощании, на пути домой. Он так любил рассказывать этот анекдот: «Человек приходит в бар, в котором празднуют чей-то день рождения. “Имениннику исполнилось пятьдесят”, — говорит бармен и наливает новому гостю пива. Тот поднимает кружку,

поздравляет юбиляра и восклицает: “Вот и ты уже на пути домой”».

После двух инсультов, нескольких случаев воспаления легких и тромбозов, после легочной эмболии, трахеотомии, после недельной комы, после трахеостомы в горле, ПЭГ-зонда в желудке, пролежня, который долго не замечали, пока он не дошел до кости и едва не привел к летальному сепсису, после больничной инфекции, которая еще больше изолировала его в палате дурно пахнувшей реабилитационной клиники, куда в течение нескольких месяцев разрешалось входить только в халате, перчатках, маске и капюшоне, после медсестер, которые не умеют обращаться с кислородным аппаратом, врачей (были и психиатры), которые невнимательно ознакомились с его медкартой и давали ему не те лекарства или проводили человеку, жизненная нить которого и так уже оборвана, радикальное опорожнение для обследования желудочно-кишечного тракта, назначенное вовсе не ему, а пациенту из соседней палаты; после сорока семи дней в отделении интенсивной терапии, четырех месяцев в реабилитационной клинике и девяти с половиной лет ухода на дому — он с грустью отправился домой.

А я, вся растерзанная, осталась. Осталась, будто опоздала на поезд. Будто смерть — это цель, а жизнь — зал

Научно-популярное издание
Танымал ғылыми басылым

Популярная психология для бизнеса и жизни

Габриеле фон Арним

УТЕШЕНИЕ ВРЕМЕНЕМ
*Как сберечь тепло воспоминаний
и снова открыть свое сердце*

Ответственный редактор *Арина Миронова*
Литературный редактор *Сергей Гуков*
Дизайнер обложки *Александра Дёмокина*
Технический редактор *Ксения Козурина*
Корректоры *Наталья Иванова, Арина Магрилова*
Верстальщик *Виктор Дёмин*

Подписано в печать / Баспаға қол қойылды 18.08.2025.
Формат 75×110^{1/32}. Бумага офсетная. Гарнитура «Philosophia».
Печать офсетная. Усл. печ. л. 12,00.
Тираж 4000 экз. W-PBJ-38403-01-R. Заказ №

Изготовитель:
ООО «Издательство АЗБУКА» –
обладатель товарного знака Колибри
115093, Москва, вн. тер. г.
муниципальный округ Даниловский,
пер. Партийный, д. 1, к. 25
Тел. (495) 933-76-01, факс (495) 933-76-19
E-mail: sales@atticus-group.ru

Филиал ООО «Издательство АЗБУКА»
в г. Санкт-Петербурге
191024, Санкт-Петербург,
Херсонская ул., д. 12–14, лит. А
Тел. (812) 327-04-55
E-mail: trade@azbooka.spb.ru
www.azbooka.ru; www.atticus-group.ru

Отпечатано в России.

Өндіруші:
«АЗБУКА Баспасы» ЖШҚ –
Колибри тауар белгісінің иесі
115093, Мәскеу, қ. іш. аум.
Даниловский муниципалдық округі,
Партийный т.ш., 1-үй, к. 25
Тел. (495) 933-76-01, факс (495) 933-76-19
Эл. поштасы: sales@atticus-group.ru

Санкт-Петербург қаласындағы
«АЗБУКА Баспасы» ЖШҚ филиалы
191024, Санкт-Петербург,
Херсон көшесі, 12–14 үй, лит. А
Тел. (812) 327-04-55
Эл. поштасы: trade@azbooka.spb.ru
www.azbooka.ru; www.atticus-group.ru

Ресейде басып шығарылған.

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ
о техническом регулировании можно получить по адресу:
<https://certification.atticus-group.ru/>.

Техникалық реттеу туралы РФ заңнамасына сай басылымның сәйкестігін
растуа туралы мәліметтерді мына адрес бойынша алуға болады:
<https://certification.atticus-group.ru/>.

Знак информационной продукции (Федеральный закон № 436-ФЗ от 29.12.2010 г.)
Ақпараттық өнім белгісі (29.12.2010 ж. № 436-ФЗ федералдық заң)

