




ЭЛЬКЕ ХАЙДЕНРАЙХ

Я не боюсь стареть

Как принять и полюбить то,
что невозможно отменить

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО
Москва

УДК 159.923.2
ББК 88.52
X15

Altern: Alle wollen alt werden, niemand will es sein.
Ist das nicht absurd?
Elke Heidenreich

© 2024 Hanser Berlin in der Carl Hanser Verlag
GmbH & Co. KG, München

Во внутреннем оформлении использованы иллю-
страции:

Feodora_21 / Shutterstock / FOTODOM
Используется по лицензии от Shutterstock /
FOTODOM

Хайденрайх, Эльке.

X15 Я не боюсь стареть : как принять и полюбить то, что невозможно отменить / Эльке Хайденрайх ; [перевод с немецкого О. А. Стеценко]. — Москва : Эксмо, 2025. — 224 с.

ISBN 978-5-04-222561-1

«Да, я старая. И что с того?» — так начинает свою исповедь автор. Ей 82 года, и она смеется над морщинами, спорит со смертью и признается, что старость не болезнь, а новая глава жизни. Хайденрайх не дает рецептов «вечной молодости». Она говорит о том, что действительно важно: как сохранить ясность ума, чувство юмора и внутреннюю свободу от стереотипов и предрассудков.

УДК 159.923.2
ББК 88.52

© Стеценко О.А., перевод на русский язык, 2025

© Оформление.

ISBN 978-5-04-222561-1 ООО «Издательство «Эксмо», 2025

Я с благодарностью и любовью посвящаю это произведение моей подруге Элизабет фон Боррис. Эта женщина подарила мне любовь, тепло и кров, когда я была несчастным подростком. На момент написания книги ей исполнилось 106 лет.

Цицерон, «Катон Старший, или О старости»: *«Для меня лично создание этой книги было столь приятным, что оно не только сняло с меня все тяготы старости, но даже сделало ее тихой и приятной».*

Я совершенно погубила свою жизнь

Я родилась во время Второй мировой войны. Мои родители не были милыми людьми, а я не была хорошим ребенком. Когда наши конфликты становились невыносимыми, я шла в протестантский приход, бесчувственный и интеллектуальный. Там, в доме пастора, у меня была приемная семья. За обеденным столом мы обсуждали



Эльке Хайденрайх



Хайдеггера¹ и Хабермаса², а не то, как прошел мой день.

Уроки игры на фортепиано, репетитор по математике, экзамен. Учеба, заброшенная через три года, длительное пребывание в больнице — операция на легких. Врачи тогда давали мне пять лет. Оно и понятно: я курила одну сигарету за другой чуть ли не с начальной школы.

Первый брак, слишком ранний; через пару лет — развод. Второй брак, продлившийся 25 лет, и второй развод через 42 года. Снова больница — рак. Конечно, неправильная жизнь.

Работа на телевидении, где самая лучшая программа, которую

¹ Мартин Хайдеггер — немецкий философ-экзистенциалист, создал учение о Бытии в своей наиболее известной работе «Бытие и время» в духе экзистенциализма. Существенно повлиял на онтологию и континентальную философию XX века.

² Юрген Хабермас — немецкий философ и социолог. Профессор Франкфуртского университета имени Иоганна Вольфганга Гёте. Директор Института по исследованию условий жизни научно-технического мира Общества Макса Планка в Штарнберге.

я создала — книжная передача «Читай!» — была загублена, потому что я назвала телеканал ZDF¹ бескультурщиной и ушла.

Переезд в Кёльн — город, который тогда казался мне невероятным, а теперь превратился в провинцию. Здесь я и сижу сейчас. Мне 80, я не сплю по ночам и думаю: как долго еще это будет продолжаться?

У меня была невероятно чудесная жизнь

В начале жизни — в первые два года войны — я не замечала или не понимала, что происходит вокруг. Родители любили меня, но были придавлены руинами Германии и своего брака. Я, предоставленная самой себе, уже собиралась начать вести распутную жизнь, как и многие мои сверстницы в те времена. Но вмешался священник из нашего прихода — они с женой фактически заменили мне родителей. Вместе с ними я переехала в Бонн.

¹ ZDF (Zweites Deutsches Fernsehen) — немецкое телевидение, вторая программа страны. Тематика канала — информационная, общественно-политическая и художественная.



Эльке Хайденрайх



Большой приходской дом, образование, книги, беседы о литературе за ужином. Уроки игры на фортепиано, экзамены и учеба. Все это было в моей юности.

Я преодолела тяжелую болезнь, вышла замуж за милого и умного человека. Мы были слишком молоды, чтобы сохранить семью, но смогли остаться друзьями. Я по сей день считаю его близким человеком.

Мой второй брак продлился долго — целых 25 в основном счастливых лет. После разрыва я жила с очень одаренным, хоть и сложным музыкантом намного моложе меня. Успешно работала на телевидении, хорошо зарабатывала, запустила программу «Читай!», которую в конце концов забросила из-за полного изнеможения.

Красивый дом, верные друзья, чудесная собака, никаких переживаний. 80 — не проблема. По ночам, когда не сплю, я чувствую благодарность за такую долгую, спокойную и мирную жизнь в демократической стране.



МЫ БЫЛИ
СЛИШКОМ
МОЛОДЫ,
ЧТОБЫ
СОХРАНИТЬ
СЕМЬЮ...



Так.

А теперь, пожалуйста, выберите из этих двух версий жизни одну.

Помимо прочего, стоит сказать, что всю свою жизнь я слишком много курила и пила, легкомысленно гоняла на мотоцикле, а позже — на машине, никогда не занималась спортом. У меня нет таланта хранить верность партнеру, поэтому я не была идеальной женой. Я написала десятки бестселлеров, так что мне не нужно переживать о хлебе насущном. Я сижу в доме, полном книг, и думаю: как же все-таки прекрасна жизнь.

Ах да, возраст. В конце концов, как так? С каких пор? Откуда это вдруг взялось? Почему?

Давайте проясним одну вещь. Я никогда не была матерью. Следовательно, не должна и не могу стать бабушкой. Это не хорошо и не плохо — просто так сложилось. Я всегда жила — и продолжаю жить — только для себя. Естественно, я старею иначе, чем женщины, у которых все это было. У таких, как я, совершенно

Старение

другой жизненный замысел, другая судьба и совсем другое старение.

У пожилых матерей есть дети и внуки, о которых можно заботиться. В свою очередь, потомки помогают этим женщинам деньгами и делом. У меня — не так.

То, что всегда пугало меня больше, чем болезнь, несчастье или разлука — это зависимость. Я никогда не зависела ни от одного мужчины, всегда думала только о себе и буду делать так до последнего вдоха. Если потребуется, найму себе сиделку. По возможности останусь в собственном доме. Итак: у меня нет семьи, а мой спутник жизни моложе меня на 28 лет. Он художник, живущий совсем в другом мире, и никак не подходит на роль сиделки. Вот так.

Что же делает со мной возраст?

Понятия не имею. Просто знаю: я смотрю ему в глаза, не отрицаю его, не пытаюсь казаться моложе. И, конечно, не считаю, что с возрастом жизнь становится менее ценной.





Возможно, я что-то путаю, но, на мой взгляд, я все еще выгляжу хорошо — в смысле, не слишком помята. Я никогда не была красавицей, но зато возраст никак не сказался на моей коже (никогда не умывайтесь теплой водой!). У меня, как и у всех женщин в моей семье, почти нет морщин — хорошая соединительная ткань. Но иногда, видя свое отражение в витрине универмага, я думаю: кто эта угрюмая старуха с растрепанными волосами? Ах да, это же я! Руки и шея, конечно, выдают мой возраст.

Ха! Так начинает Наталия Гинзбург¹ свое произведение «Die Frauen²» в 1971 году: *«Первое, что стареет у женщин — это шея. Каждый день вы видите в зеркале усыпанную морщинами шею. “Как же это случилось?” — говорите вы, имея в виду: “Почему это случилось со мной? Мной, которая от природы всегда была молода.”»*

¹ Наталия Гинзбург (итал. Natalia Ginzburg) — итальянская писательница и переводчица. Родилась 16 июля 1916 года в Палермо, умерла 7 октября 1991 года в Риме.

² «Женщины», нем.



ПЕРВОЕ,
ЧТО СТАРЕЕТ
У ЖЕНЩИН —
ЭТО ШЕЯ.

Эльке Хайденрайх



На моем лице почти нет морщин, и я ничего для этого не делала. Никогда не стала бы делать — не хочу отключать тело наркозом ради такой цели. Достаточно того, что из-за плохого зрения каждые несколько недель мне вводят в глаза иглы. Это настолько ужасно, что я соглашаюсь на короткую анестезию.

В стихотворении австрийской поэтессы Кристины Лавант, столь нежно мной любимой, в первой строфе говорится:

*Мое зрение больше ничего не стоит,
Слух тоже постепенно угасает,
Скоро я буду столь же бессмысленной,
Как измученная лошадь,
Но никогда не буду такой преданной,
Моя воля заставляет меня содрогаться (...)*

Моя воля заставляет меня содрогаться — и жить! В конце концов, это хороший настрой.

Конечно, несколько морщин у меня все же есть. Их я приобрела в расплату за долгие ночи, проведенные с друзьями, за всю эту нездоровую чудесную жизнь, наполненную невероятным количеством

смеха и любви. А еще за слезы. Но я не жалею, что столько плакала — от горя, любви, счастья. Я бы никогда не стала избавляться от этих морщин — не говоря уж о том, чтоб накачать губы. Как выглядят эти перекаченные женщины в свои 80? Конечно, не все довели себя до такого состояния, как Джейн Фонда или Шер. Но и за умеренным обманчивым блеском скрывается фальшь. Я не хочу быть произведением искусства, я хочу быть СОБОЙ. С растрепанными волосами, которые чудесным образом почти не седеют. С очками. Со всеми шрамами от несчастий и болезней.

Роман «Любовник» Маргериты Дюрас¹ начинается так:

«Однажды — я была уже в годах — в холле какого-то учреждения ко мне подошел мужчина. Он представился и сказал: “Вы меня не помните, но я знаю вас всю жизнь. Говорят, вы были красивы в юности, а для меня вы красивее сейчас, чем тогда, мне меньше нравилось ваше лицо юной девушки, чем теперешнее — опустошенное лицо”».

¹ Маргарита Дюрас — французская писательница, сценарист, режиссер и актриса.

