


АЛЕКСАНДР АБРАМОВ

ГЕН ВЫСОТЫ

ОТКРОВЕННАЯ ИСТОРИЯ
12-КРАТНОГО ВОСХОДИТЕЛЯ
НА ЭВЕРЕСТ

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО
Москва

ГЕН ВЫСОТЫ

АЛЕКСАНДР АБРАМОВ

ГЕН ВЫСОТЫ

ОТКРОВЕННАЯ ИСТОРИЯ
12-КРАТНОГО ВОСХОДИТЕЛЯ
НА ЭВЕРЕСТ

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО
Москва

УДК 796.52
ББК 75.82
А16

Абрамов, Александр Викторович.

А16 Ген высоты. Откровенная история 12-кратного восходителя на Эверест / Александр Абрамов. — Москва : Эксмо, 2025. — 240 с. : ил. — (Мир адреналина. Книги про экстремальный спорт).

ISBN 978-5-04-214645-9

Биография Александра Абрамова — самого известного альпиниста России, который дважды выполнил программу «Семь вершин» и совершил около 500 восхождений различной сложности в десятках стран, среди которых 12 восхождений на Эверест.

**УДК 796.52
ББК 75.82**

© Абрамов А.В., текст и фотографии, 2022
© Рыбакова А.В., соавтор, 2022
© Пельш В.Э., текст, 2022
© Харазова И.Г., текст, 2022
© Романенко А.В., фото, 2024

ISBN 978-5-04-214645-9 © Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2025

*Посвящаю эту книгу моей маме Майе Васильевне.
Моей жене и моему верному партнеру Люде Коробешко.
Моим детям, которые всегда и во всем меня поддерживают.
И всем моим друзьям, которых я встретил в жизни.
Без вас я бы не состоялся ни как Альпинист, ни как Человек.*

ПРОЛОГ

Из дневника Александра Абрамова

Тибет, экспедиция на Эверест, 2016 г.

15 мая 2016 г.

Утро в базовом лагере Эвереста. 5100 метров.

Кашель и стоны. Сморгания и харкания. Сопли и слезы. Прорываемся.

«Экскузимии». Это помощник повара Гюльме разносит чай с молоком по палаткам.

— Где мой чай? Я буду жаловаться. — Это доктор Ларин. Опять его палатку обошли стороной. Тибетцы думают, что он шаман. И боятся его.

Прыг-скок. Хук слева, отскок. Это Провалов вышел на зарядку. Никто не поддержал. Но он не в обиде и прекрасно разговаривает и сам с собой.

Хрум-хрум. Начался завтрак. Передай-ка мне сок. Где мои яйца? Не могу больше видеть кашу... Какие планы на сегодня? Опять туман. Черт!.. Что эти китайцы себе мнят?

Едем вниз. В Магадан. Ну ладно, в город Ташидзонг. В переводе с тибетского означает — «красивая тюрьма». Высота — 4200 метров. Воздух. Дышим.

Дети просят конфет, собаки непрерывно лают.

Обед. Наедаемся в три горла. Еще сверху семечек и арбуза. Сверху плюшку с кофе. Ну все, отвалился. Спать. Еще спать. Но тут — ужин. Встали. Опять голодные. Желудок пуст. Все проскакивает. Снова едим. Снова спим без задних ног. Часов шестнадцать подряд.

Опять утро. Пора наверх. А хочется вниз, к маме. Но... «уплочено». Надо лезть.

И снова базовый лагерь. Снова интервью. Рассказы о прошлых победах. О героях и горах. О шерпах и клиентах. О тоске и ужасе. О смехоте и непонятках. Мотор — поехали!

Сегодня, 15 мая, все это закончится. Сегодня мы выходим на штурм. Ни шагу назад! 20–21-го китайцы провешат веревки. Наверное. И мы залезем на вершину. Наверное. А если нет, то снова ожидание. Снова базовый лагерь. Снова кашель и стоны, и снова ожидание.

Нет. Лучше на Вершину. На простор, на воздух победы!

Вперед. И вверх! Ждите новых прояснений в сознании. Вероятно, 20-го или 21-го.

ПРЕДИСЛОВИЕ АВТОРА

Осенью 2021 года исполнилось ровно 40 лет с того знаменательного события, когда я, Александр Абрамов, в возрасте 17 лет впервые отправился в поход с альпклубом МЭИ в подмосковный лес. И сжег там свои резиновые сапоги. Так началась моя альпинистская спортивная карьера.

С тех пор я стал мастером спорта СССР по альпинизму, чемпионом СССР по альпинизму. Совершил более 500 восхождений различной категории сложности в десятках стран: Чехословакии, Болгарии, Франции, Швейцарии, Узбекистане, Таджикистане, Киргизии, США, Аргентине, Индонезии, Танзании, Непале, Тибете, Крыме, Гвинее, Аляске, Австралии, Новой Зеландии. Освоил профессию горного гида, стал членом президиума Ассоциации горных гидов России, а также членом Русского географического общества. 12 раз поднимался на высочайшую точку планеты гору Эверест (8848 м). Я первый российский альпинист, трижды выполнивший программу «7 вершин», шестой в мире альпинист, закончивший проект «7 вулканов». Организовал более 500 экспедиций по всему миру. Создал «Клуб 7 вершин», президентом которого я являюсь, — самую крупную в России структуру по организации горных путешествий и экспедиций, узнаваемую во всем мире.

«Вот это да! — воскликнет, скорее всего, потенциальный читатель. — Какой серьезный дяденька! Да еще и в очках, с бородой. Суровый альпинист! К нему, наверное, и приблизиться-то страшновато!»

Я вот думаю: когда ты чем-то занимаешься серьезно, ты должен это делать с юмором. Если человек делает что-то очень серьезное с умным, серьезным видом и с гордостью всем рассказывает о том, какие невероятно серьезные и чрезвычайно профессиональные достижения ему удалось осуществить, — он, вероятнее всего, вызовет обратную реакцию. Ему просто скажут: раз ты такой великий и делаешь такие великие дела, так и иди своим

путем. Зачем нам рассказывать о вещах, которые мы никогда не сможем ни понять, ни сделать, ни повторить.

Поэтому я считаю, что о любом занятии, пусть и самом сложном, можно рассказать простым, доступным языком. И с известной долей самоиронии. Самоирония – вообще полезная штука, она как зеркало души – отражает тебя таким, каков ты и есть на самом деле.

А если серьезно – с горами меня связывает любовь навечно. Это настоящая, реальная любовь. Чем больше я занимаюсь альпинизмом, тем больше мне хочется это делать. Это стопроцентная зависимость. Я работаю в горах, а в отпуск я еду... в горы, только без участников, для себя.

В горы я не налазил. На Эверест еще хочу. Это как художник пишет картины, одну за другой, и ему хочется еще и еще. И так до конца жизни. Ну не может он остановиться! Так и я.

Я, наверное, тоже никогда не остановлюсь. Это же не работа, от которой можно на пенсию сбежать. Это ведь жизнь, а от жизни разве на пенсию сбежишь?

Чем больше я хожу в горы, тем больше убеждаюсь: горы – это легко! И каждый человек, который не поленится и выйдет на утреннюю пробежку (ну, можно и на вечернюю), может и в горы пойти. Потому что горы – они для всех. Это удивительный мир. Ни на что не похожий. Владимир Высоцкий в свое время очень хорошо это выразил:

Внизу не встретишь, как ни тянись,
За всю свою счастливую жизнь
Десятой доли таких красот и чудес.

Моя жизненная задача заключается в том, чтобы максимальное количество людей привлечь в альпинизм, дать им насладиться тем, что люблю я, показать им, как это классно и круто, привить им любовь к горам и в итоге сделать счастливыми как можно больше людей. И я не только показываю пример того, что можно сделать. Я говорю: ребята, я могу вам помочь, мы можем это сделать вместе!

Потому что горы – это легко!

– Ну хорошо, скажет щепетильный читатель, – а почему именно «Ген высоты»? Что это за «зверь» такой?

Поясню.

В 2015–2016 годах мне посчастливилось принять участие в съемках документального фильма Валдиса Пельша и Кристины Козловой, присоединившихся к очередной экспедиции на Эверест Клуба «7 вершин». Фильм, снятый в жанре реалити-шоу, был призван показать без прикрас и красивых выдумок все, что про-

исходит на самом деле с участниками экспедиции во время восхождения на высочайшую вершину нашей планеты. Фильм был назван «Ген высоты, или Как пройти на Эверест».

Согласно научным исследованиям, в геноме человека содержится около 20–25 тысяч активных генов. Однако я уверен: в теле человека есть еще один, не учтенный пока наукой ген. Это тот самый «ген высоты». Тот, что заставляет человека неустанно смотреть вверх, снова и снова подниматься в горы, несмотря на трудности и лишения, которые сопряжены с этой нетривиальной, порой нелогичной и поначалу не очень понятной многим деятельностью. Не знаю точно, с рождения ли он дается человеку, или развивается позже, но я твердо убежден, что каждый из нас может попробовать его в себе обнаружить. И тогда жизнь его изменится на 100 процентов. Потому что, с моей точки зрения, нет ничего более увлекательного и познавательного, чем восхождение в горы – как с физической, так и с психологической точки зрения.

В своей книге я рассказываю о таких людях, которые открыли в себе «ген высоты» и с тех пор не могут жить по-другому. Да и сам я такой же, как и они, и я счастлив, что он нас всех объединяет.

Именно поэтому я решил назвать свою книгу так же, как и фильм, – «Ген высоты».

Отдельно хочу поблагодарить Анну Рыбакову, с которой мы дружим и ходим в горы уже 20 лет. Которая взяла на себя труд изложить мой запутанный рассказ в стройное повествование..

Ваш Александр Абрамов



**ДЕТСТВО.
ЮНОСТЬ.
ПОСВЯЩЕНИЕ
В АЛЬПИНИСТЫ**



часть первая | 1964–1991 гг.

ВРЕМЯ ИГРАТЬ

Я родился в 1964 году в Москве, на Старой площади, в 500 метрах от Кремля. Моя мама, Майя Васильевна, воспитывала меня одна. Она была инженером, работала на заводе «Динамо», а по совместительству являлась заядлой спортсменкой-любительницей. Мама укрощала свою спортивную страсть занятиями бегом. Даже входила в сборную по бегу в МЭИ и на заводе «Динамо», а в свое время числилась членом сборной по легкой атлетике города Москвы.

С ранних лет каждое утро мама таскала меня с собой на тренировки, невзирая на время года или прогноз погоды. Мне было в ту пору лет пять или шесть, и я, едва продрав глаза, с затуманенным сознанием от глубокого сна, чуть поспевал за ней. Мама подбадривала меня: «Видишь то дерево – это фашист, нужно до него добежать и уничтожить». И я тащился за ней без особого энтузиазма, добирался еле как до обозначенного дерева-«фашиста», а она мне: «А теперь – во-от до того дерева! Ведь мы – партизаны, а деревья – это фашисты!»

Так мама прививала мне любовь к спорту. Ну если не любовь, то, по крайней мере, привычку. С тех пор я неизменно пробуждаюсь с желанием бежать. Иногда мне удается побороть его, но чаще всего желание побеждает. «Фашисты»-то не дремлют, и мамина школа даром не прошла. Спорт – вещь жесткая. И на одной любви к нему не уехать.

Мама все время ставила передо мной серьезные задачи: я должен расти здоровым и сильным. Должен хорошо учиться. Должен пробиться в жизни, стать кем-то. Кем-то полезным для общества. Быть порядочным и честным. Идем мы с мамой как-

то по улице, а мимо нас пьяный — еле на ногах держится, пошатывается. Она мне говорит: «Видишь, какой он — противный и отвратительный? Вот ты не должен быть таким». Я все запоминал, мотал на ус. Нет, не буду таким. И женщин ни в коем случае бить нельзя — это я тоже от мамы усвоил.

Учился я довольно легко. Не скажу, что был сверхактивным товарищем, но везде поспевал. Помню, меня даже комсомол избрали. «Ботаником» я никогда не был, оценки меня особо не волновали, но я все быстро схватывал на уроке, внимательно слушал учителя, и этого было вполне достаточно, чтобы учиться на твердую «4». В общем, этакий ударник социалистического труда. А вот «домашку» не любил — скучное это дело. Да и на уроке мне все уже рассказали. Зачем на нее время тратить? Тем более когда дома столько всего интересного.

14 томов Джека Лондона, которыми зачитывался до дыр. «Одиссея капитана Блада» Рафаэля Сабатини. «Путешествия и приключения капитана Гаттераса» Жюль Верна про экспедицию на Северный полюс. Мне это безумно интересно было! Я тоже так хотел. Даже разработал собственный маршрут, как я пойду на Северный полюс, где-то там по северам буду бродить. Составил индивидуальный арктический паек, который планировал взять с собой — какао, сало, — по специальной таблице выбирал себе самые калорийные продукты. На уроках географии внимательно изучал карту БАМа. Представлял себе, как я туда отправлюсь. Тогда БАМ — целина была, туда за подвигами ехали. А я — хуже других, что ли?

Детство мое было самым обычным, советским — гуляли с пацанами на улице, баталии устраивали. Я в ту пору в Коломенском жил — в то время это была самая что ни на есть окраина Москвы. Прямо перед нашим домом возвышался свинарник и водонапорная башня, обозначавшая конец города. А слева начиналась деревня Коломенское. И к нам — москвичам — приходили оттуда драться деревенские. Мой дом — одна из трех 16-этажек — примыкал к самому парку. Тогда это даже не парк был, а настоящий пустырь — лужи, грязь несусветная. Самое раздолье для настоящих мальчишек. Там мы и давали бои деревенским врагам. Домой приходил покрытый толстым