

SPECIAL NEW YEAR'S ISSUE

# ДОМОСЕД



**NEW YEAR**  
—*resolution*—

КАК СОСТАВИТЬ И ВЫПОЛНИТЬ

**НОВЫЙ ГОД**  
ДЛЯ САМОГО СЕБЯ

#2 ДЕКАБРЬ 2012

— НОВАЯ РУБРИКА —  
**ЛИТЕРАТУРНЫЙ КЛУБ**



*диванная психология*





**04 НОВЫЙ ГОД В ОДИНОЧЕСТВЕ**  
руководство и рекомендации

**09 ДОМАШНЯЯ ПСИХИАТРИЯ**  
обсессивно-компульсивный синдром

**13 ДОМАШНЯЯ ПСИХОЛОГИЯ**  
«эффект прожектора» как  
краеугольный камень социофобии

**16 NEW YEAR RESOLUTION**  
как перестать быть тряпкой и достичь  
всего, чего хочется в новом году.

**19 ЛИТЕРАТУРНЫЙ КЛУБ**  
целых 2 потрясающих рассказа

**20 ОБЛУЧЕН**  
первая глава загадочной истории

**27 ТРИДЦАТЬ ПЕРВОЕ ДЕКАБРЯ**  
рассказ о празднике в жизни каждого из нас

**30 ИНФОГРАФИКА**  
как ты не провел зиму





**“ Озлобленность есть  
самоотравление,  
как губительная секреция  
затянувшегося бессилия,  
происходящая в  
закрытом сосуде ”**

Альбер Камю о злости по Шеллеру





# **НОВЫЙ ГОД В ОДИНОЧЕСТВЕ**

ПОШАГОВОЕ РУКОВОДСТВО



Время развеять очередное заблуждение – та самая атмосфера нового года не придёт с рекламой Кока-колы, гирляндами на витринах магазинов и сугробами, мешающими выбраться из подъезда.

Атмосфера – дело тонкое и требующее определённых усилий по своему созданию.

И этот материал представляет собой пошаговую инструкцию по созданию своего личного Нового года, с блэк-джеком и девушками из эскорта в красных колпаках Санты.

## Изоляция

Социализм социальность – не наш путь. Люди только и делают что мешаются, а уж настоящий домосед и подавно не пустит этих непонимающих его людей внутрь своей уютной квартиры.

Поэтому рекомендую выключить на период 31 декабря - 2 января (а лучше на все доступные выходные дни) выключить телефон, закрыть профили на социальных сайтах и вообще, избирательно подойти к поступающей от других людей информации. Она, как правило, неискренняя, от неё сразу веет запахом пивасика, водочки, шашлыка, жизненных планов и всего в том же духе.

## Что нужно

Лучшие источники атмосферы нового года – тематическая музыка, кинематограф и видеоигры.

Нэт Кинг Коул, Фрэнк Синатра, Дин Мартин, The Ink Spots – отличный выбор. В случае аллергии на старый хрустящий джаз можно выбрать саундтрек в соответствии с личными музыкальными предпочтениями.

Из игр окажутся верными самые первые ассоциации с Новым годом, снегом и льдом – Max Payne (обязательно первая часть трилогии), Fahrenheit, Lost Planet. Вообще, статью можно было бы закончить уже на этом, ведь длительность каждой из вышеперечисленных игр охватывает несколько дней, чего тебе для празднования хватит с головой. Но этого все равно будет недостаточно. В фильмах выбор гораздо более очевиден, но мы же не ищем легких путей?



«Плохой Санта», «Бэтмен возвращается», «Мы не ангелы», любое порно про Рождество (кроме того, что с карликами) – неплохой выбор, например.

Еда. Без еды нет жизни, без вкусной еды нет праздника. Как ты обставишь свой компьютерный праздничный стол, зависит от нескольких факторов – бюджета, твоих кулинарных навыков и количества сил и терпения, которыми ты готов без особых сожалений пожертвовать во имя сытого ужина на своем тихом празд-

нестве. Хороший вариант – 50 на 50. Половина съестного покупается, половина производится собственноручно. Как правило, магазины открыты допоздна, и даже вечером 31 декабря ты успеешь купить себе еду, однако, если ты отдаешь предпочтение фастфуду, то следует учесть, что, обычно большинство подобных заведений закрываются примерно в 22:00. Итак, когда выбор блюд шведского стола состоялся, время приступать к финальной части праздника, требующей подготовки заранее.





Bad Santa



Batman Returns



We're No Angels



A Big Tit Christmas



Fahrenheit



Max Payne



Lost Planet



TES V: Skyrim



Frank Sinatra



Dean Martin



The Ink Spots



Ella Fitzgerald



## Подарок для самого себя

Книга к прошлогоднему фильму, получившему 5/10 на Кинопоиске и 3/10 на IMBD. Маска для плавания с кислым запахом дешевого пластика. Бутлег любимой богини с облупившейся на её ногах краской. Что угодно, но только не то, что по-настоящему хотелось бы. Так выглядит полка с подарками у средне-статистического домоседа. Если на ней вообще есть подарки. Печальное зрелище. Но если что-то ещё можно исправить, то почему бы это не сделать? Сегодня я расскажу о том, как нужно радовать самого себя на различные праздники и иногда даже без особой на то причины.

Дарить себе подарки здорово. Подарки самому себе чаще всего оказываются по-настоящему необходимыми, это всегда 100% совпадение желаемого и действительного. Рекомендую на личном опыте.

1. Всё начинается с выбора. Что ты давно хотел? Что ты долгое время жаждал приобрести, но не можешь потому что «За такие деньги? Ну ладно, обойдусь»? Что тебе нужно в данный момент? Игровую консоль, шикарную обувь, довольно дорогую коллекционную PVC-фигурку, боже, да что угодно.

Или то, что ты давно хотел но всегда откладывал в долгий ящик.

2. Естественно, что озаботиться о выборе подарка нужно как можно раньше, чтобы во-первых, успеть накопить на него денег (это особенно актуально у домоседов, которые ещё не начали работать), а во-вторых, если подарок будет заказываться через интернет, то для того чтобы он успел прийти вовремя. Хотя надо заметить, ожидание сделает его ещё более желанным.

3. Как только подарок окажется у тебя в руках, не спеши радоваться. Да ты и не сможешь. И хотя это твоё личное дело, я бы предложил тебе запаковать подарок. Да-да, в блестящую бумагу и с ленточкой с бантиком. Чтобы всё по-настоящему. И убери его в дальний угол.

4. Дождись часа икс, а именно 31 декабря. Подари его со всеми почестями. Это, конечно, может показаться полной глупостью, но подарок создаётся не только даримой вещью, но и атмосферой его ожидания, преподнесения вовремя и каким-никаким праздничным официозом. Даже если это подарок самому себе.

## Опциональный хардкор

☐ вещества

☐ проститутки

Следуя этим несложным шагам, ты сможешь создать свой собственный новый год, без краснощеких толстых людей, брызжащих слюной от восторга, без загримированных трупов, обтянутых высохшей кожей и поющих песни на inferнальном телевизионном новогоднем шоу «Голубой огонек». В общем, новый год практически своей мечты.

P.S. Наверняка, если ты живешь не один, то спросишь, как поступить в такой ситуации. Тут все просто - либо ты закрываешься в комнате, предварительно договорившись со своими сожителями о том, что они не должны тебя беспокоить, либо ищешь маленькую компанию на 2-3 человек из твоего города и вы снимаете квартиру на день и празднуете новый год сидя молча в темноте. Но игра не стоит свеч. Празднуй один. ■



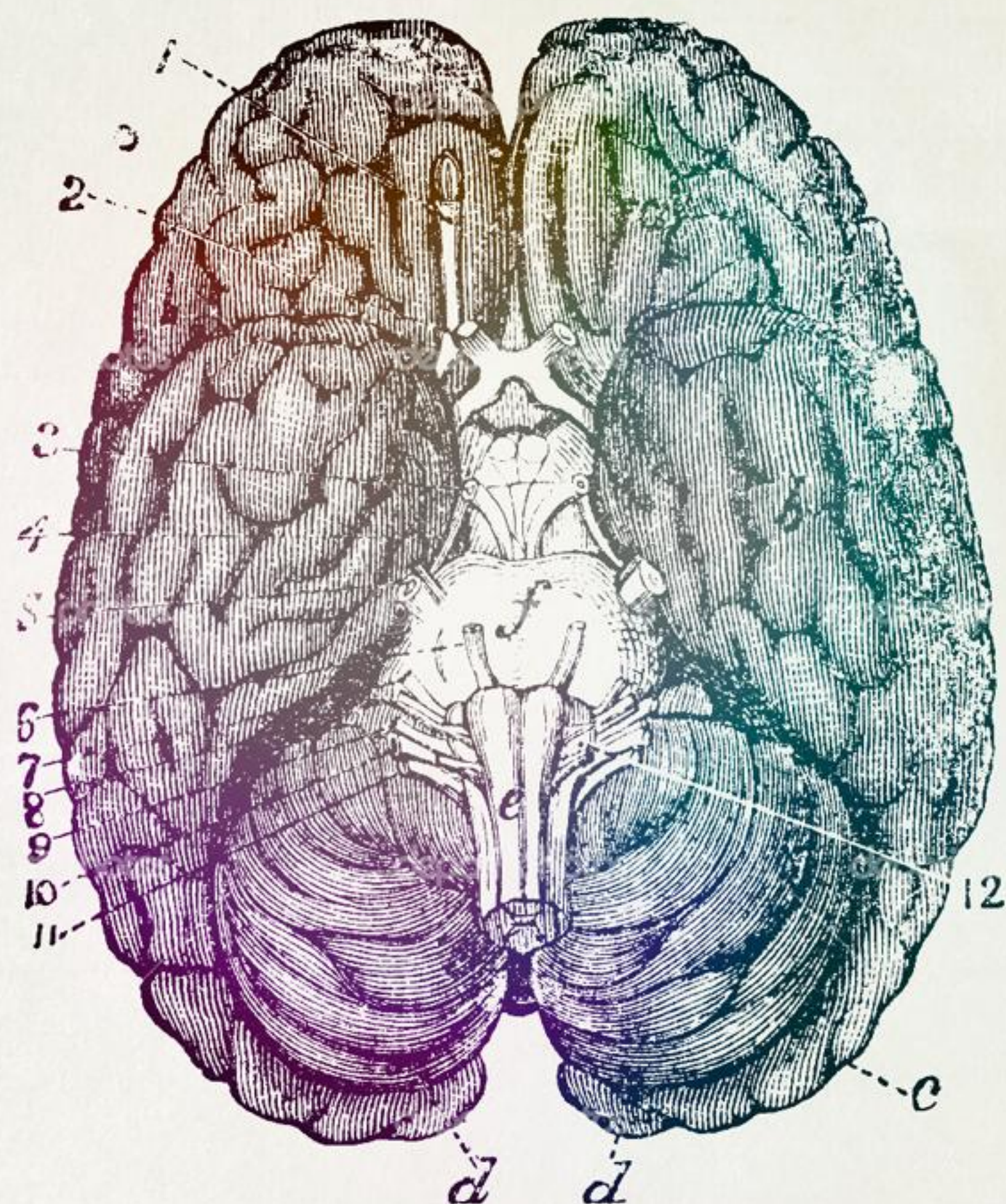
# THE TWILIGHT ZONE

1959–1964

---

КЛАССИЧЕСКИЕ СЕРИИ  
[VK.COM/THE\\_TWILIGHT\\_ZONE](https://vk.com/the_twilight_zone)





# ОБСЕССИВНО-КОМПУЛЬСИВНОЕ РАСТРОЙСТВО

В ЭТОЙ СТАТЬЕ МЫ ПОГОВОРИМ О  
ДОВОЛЬНО РАСПРОСТРАНЁННОМ ЯВ-  
ЛЕНИИ - ОКР, ПОПЫТАЕМСЯ ВЫЯС-  
НИТЬ ЧТО ЭТО ТАКОЕ И ПОПРОБУЕМ  
ПОНЯТЬ, КАК МОЖНО С ЭТИМ ЖИТЬ.



ОКР - это хроническое психологическое заболевание, именуемое также синдромом навязчивых состояний. При этом заболевании у больного постоянно появляются приступы тревоги при определенных событиях, которые влекут за собой навязчивое желание выполнить определенное действие (часто именуемые «ритуалами»), дабы подавить панику.

Самый распространённый пример проявления ОКР - так называемый "синдром грязных рук". Больной основательно моет руки, вытирает их, но только стоит ему прикоснуться к чему-нибудь грязному (например, дверной ручке туалета), как его нервная система начинает бунтовать, и пока больной не помоеет руки снова, состояние паники никуда не исчезнет. Этот процесс может длиться очень долгое время, как правило, больной ОКР не в состоянии моментально подавить свои навязчивые действия; он осознает их в полной мере, но все же продолжает выполнять их безусловно механически.

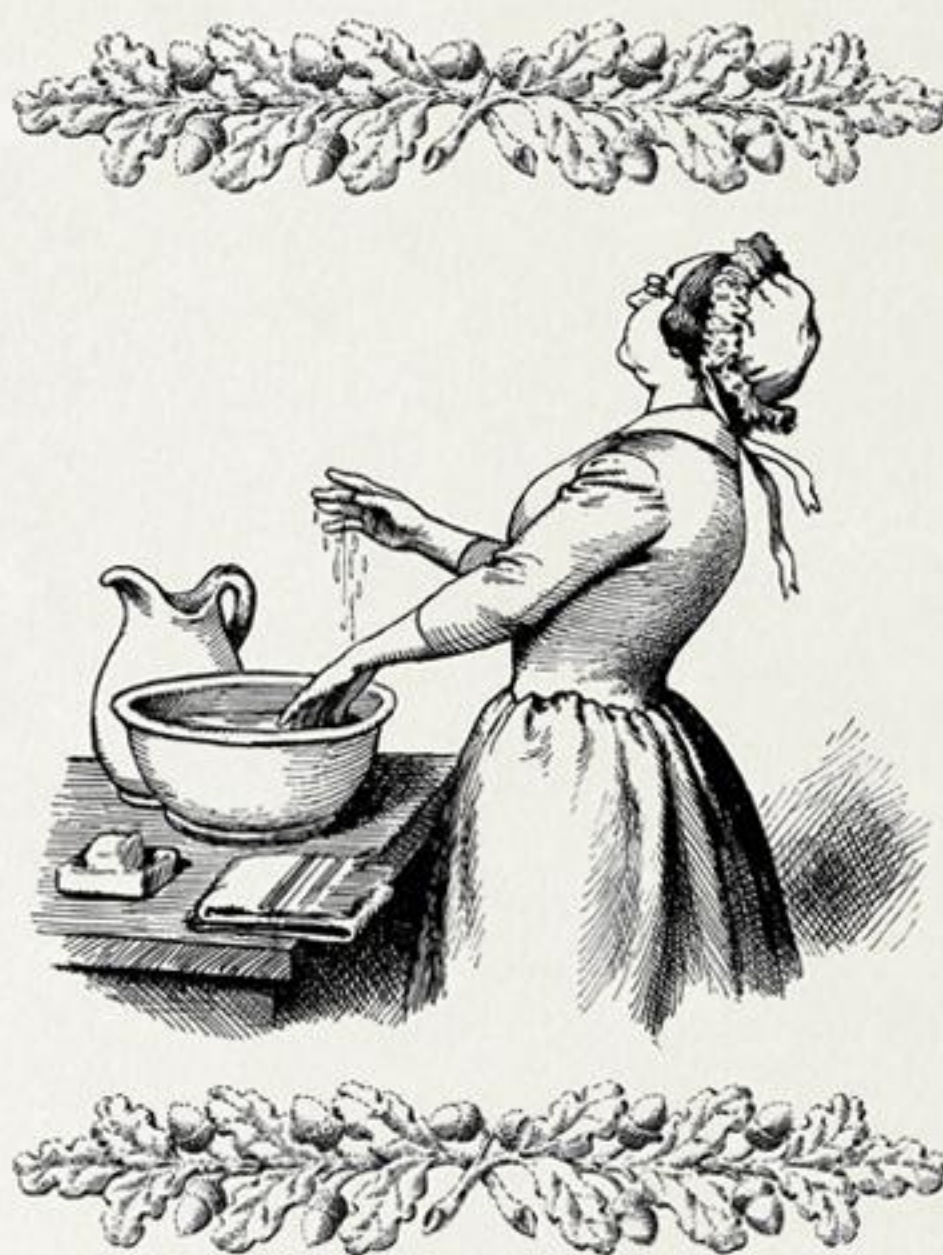
«Я вырывал скобки почти из всех тетрадок и журналов, потому что они металлические, а металл, внимание (!), твёрже кости. А у меня все игрушки и предметы в обиходе должны быть мягче кости, потому что кость - самая твёрдая часть организма, а я должен быть КРУЧЕ всего. Спрашивал родителей по миллиону раз в день, сколько в человеке железа и хватит ли на один болт. Потом начал использовать только те предметы, в которых железа меньше, чем на один болт. Делал поделки из пластилина и чтобы они были, ну как сказать, ЗАВОРОЖЕННЫМИ, то есть КРУТЫМИ, вставлял в тело фигурки болтик или гайку. Донимал родителей, можно ли костью СЛОМАТЬ железный прутик тонкий хотя бы».

Мысли, вызывающие столь навязчивые действия абсолютно иррациональны, больной не сможет объяснить вам, почему ему приходится повторять один и тот же «ритуал» несколько раз.

Иногда, больные понимают причину своего расстройства. К примеру, один человек, страдающий ОКР, рассказал автору о таком случае:

«Дело все в моей мамке. Она постоянно в детстве мне говорила все мыть: помой руки - руки грязные, помой яблоко - яблоко грязное, помой воду - вода грязная.

**« Больной основательно моет руки, вытирает их, но только стоит ему прикоснуться к чему-нибудь грязному (например, дверной ручке туалета), как его нервная система начинает бунтовать, и пока больной не помоеет руки снова, состояние паники никуда не исчезнет »**



**« Я вырывал скобки почти из всех тетрадок и журналов, потому что они металлические, а металл, внимание (!), твёрже кости. А у меня все игрушки и предметы в обиходе должны быть мягче кости, потому что кость - самая твёрдая часть организма, а я должен быть КРУЧЕ всего. »**

С тех пор я не могу прикасаться к вещам, которые, якобы, грязные, а если прикоснусь - мне приходится мыть руки. Или мыть предмет, которым я прикасаюсь».

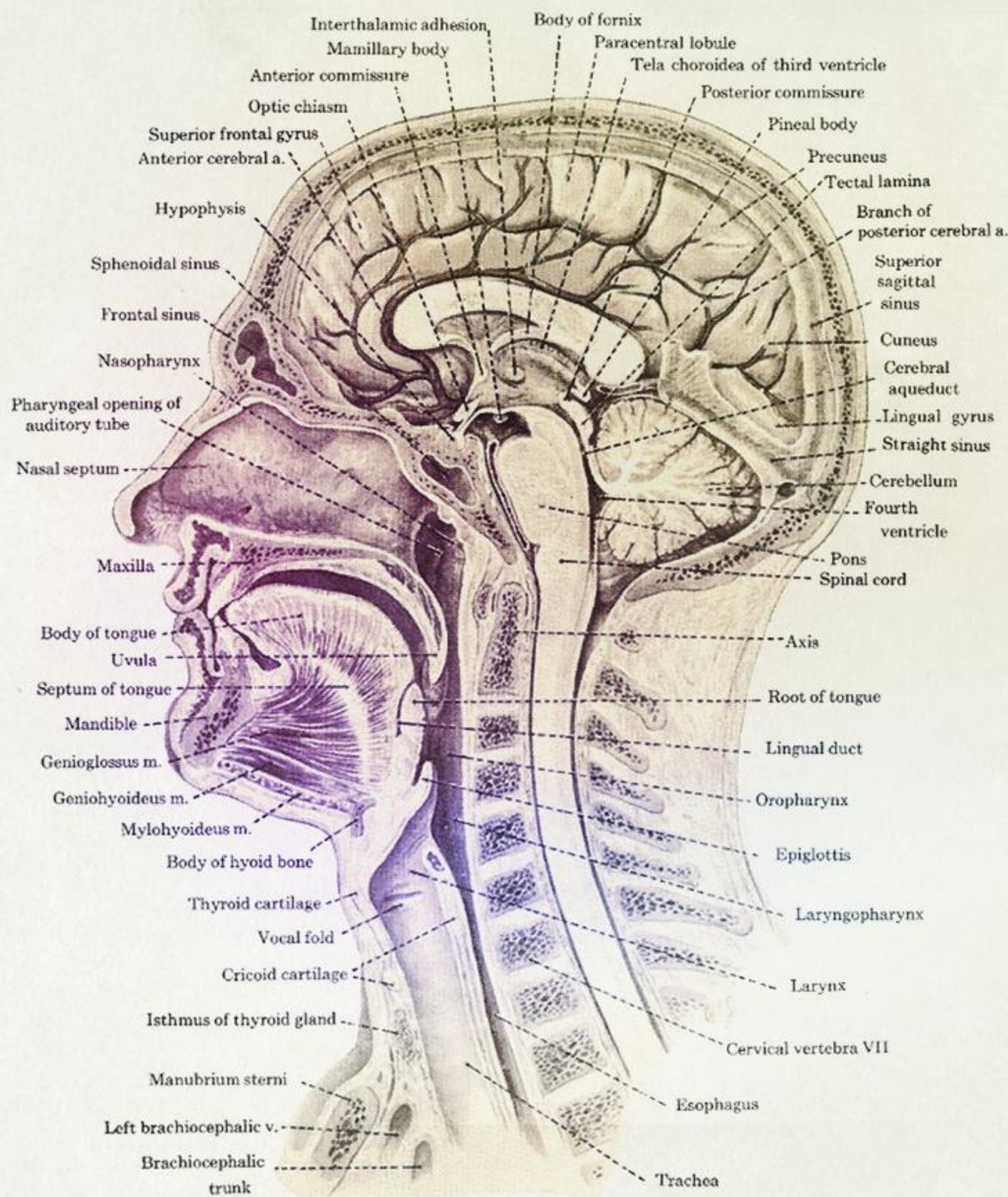
Одним из способов лечения недуга является курс психотерапии, позволяющий понять, что все компульсивные действия (то есть действия, направленные на облегчение состояния после тревожных мыслей, так называемых obsessions) вызваны исключительно заболеванием и от них нужно постепенно избавляться. Данный метод лечения позволяет разложить по полочкам нормальные действия, характерные для всех людей и действия, присущие только больным ОКР, что помогает проходящему терапию частично избавиться от некоторых компульсий.

Собственно, в названии синдрома присутствует два важных термина: obsessions и compulsions, о которых было немного сказано ранее. Теперь рассмотрим их подробнее. Obsessions - тревожные мысли, вызывающие у больного панику, тревогу или другие негативные эмоции. Что может вызывать такие мысли? У каждого больного ОКР проявляется крайне индивидуальным, и порой, причудливым образом: кто-то приходит в ярость от простого кашля посторонних людей, кто-то не может смириться с неправильно уложенными предметами, а кто-то впадает в ужас от «неправильно» открытой бутылки воды.

Чтобы уменьшить страдания, больной выполняет своеобразные защитные действия, именуемые compulsions (компульсиями). К примеру, повторяет «неудачно» совершенный этап заново. Чтобы уменьшить страдания, больной выполняет своеобразные защитные действия, именуемые compulsions (компульсиями). К примеру, повторяет «неудачно» совершенный этап заново. Чтобы уменьшить страдания, больной выполняет своеобразные защитные действия, именуемые compulsions (компульсиями). К примеру, повторяет «неудачно» совершенный этап заново.

Расскажем еще об одном случае проявления ОКР, и о том, как больной справляется с ним.





HEMISECTION OF HEAD AND NECK, SHOWING VARIOUS PARTS OF BRAIN AND OTHER STRUCTURES

(Anson)

ные защитные действия, именуемые компульсивными действиями (компульсиями). К примеру, повторяет «неудачно» совершенный этап заново.

Расскажем еще об одном случае проявления ОКР, и о том, как больной справляется с ним.

«У меня на столе и вообще в комнате творится полная симметрия и геометрическая "правильность". Монитор - строго по центру стола, смотрит под прямым углом. Подставка под кружку - именно слева от клавиатуры, выровнена по верхней линии этой самой клавиатуры и тоже находится под прямым

углом (как и сама клавиатура). Книжки - строго корешками наружу и тоже выровнены относительно друг друга. Подушки на диване лежат под углом 45 градусов (правда, специально не замерял). Даже, сука, валяющаяся упаковочка от глазированного сырка уже аккуратно выровнена под 90-градусный угол стола!

Карандаш лежит под прямым углом к клавиатуре. Черт возьми, я только что сам заметил это ужас».

Он может выполнять другие комплексы упражнения для сохранения спокойствия: например посчитать до десяти, чтобы прийти в

норму или начать глубоко дышать. Как правило, компульсии неотделимы от вещей-раздражителей: больной, не терпящий внезапных громких шумов может прийти в агрессию от одного только вида источника шума и очень часто подобные реакции идут в разрез с обычной человеческой жизнью: некоторым больным ОКР в городе находится попросту не получается, а некоторые не могут переносить рядом с собой людей или животных.

Если вы хотите поделиться своими историями об ОКР, пожалуйста, отправляйте их по адресу [redaction@domosed.org](mailto:redaction@domosed.org), и мы разместим их в следующих выпусках журнала. ■



# INACH.ORG

Est. 1912



VISIT **INACH.ORG** TODAY!



# ЭФФЕКТ ПРОЖЕКТОРА





**Заблуждение:** Когда вы окружены другими людьми, вам кажется, что все они замечают каждый аспект вашего внешнего вида или поведения.

**Истина:** Люди мало вас замечают, за исключением случаев, когда специально обращают внимание.

Вы случайно пролили напиток на вечеринке на пол, или повесили пятно горчицы на брюки, или спать легли сразу после душа и волосы торчат во все стороны.

О, нет! Что люди подумают?

Скорее всего, они вообще ничего не подумают.

Большинство людей не заметят вообще ничего, а если и заметят, то, скорее всего, не обратят внимание и забудут ваш конфуз спустя несколько секунд.

Как и в небольших группах, так и в людных местах, вам кажется, что каждый маленький нюанс вашего поведения находится под пристальным вниманием всех остальных.

Вам трудно не быть центром вашей вселенной, и поэтому трудно определить, как много других людей обращают внимание на вас. Потому что вы сами обращаете на себя внимание постоянно, поэтому склонны переоценивать.

Вы не такой умный, когда речь заходит о взаимодействии с толпой, потому что слишком эгоцентричны.

К счастью, все другие тоже эгоцентричны и так же убеждены, что находятся постоянно под пристальным вниманием окружающих. Эффект прожектора был замечен Томасом Гиловичем [Thomas Gilovich] в 1996 году. Его исследование показало, что даже на многолюдной улице в Нью-Йорке людям казалось, что гигантский прожектор светит исключительно на них, что все взгляды направлены в их же сторону. На самом же деле их никто и не заметил.

Похожее исследование показало, что когда вы кружите вокруг города на новой, дорогой машине, вам кажется, что все ее замечают. Ан нет. В конце концов, последний раз, когда вы смотрели на офигенную машину, вы запомнили, кто там сидел за рулем? Вы вообще можете вспомнить, когда последний раз смотрели на офигенную машину? Это ощущение неплохо распространяется и на другие ситуации. Например, если вы играете в рок-группе, или поете караоке, или делаете что-то, во время чего ощущаете, что ваши действия отслеживаются другими, вы склонны верить, что любые улучшения или ухудшения результатов тут же будут подмечены и раскрытированы. Это не так.

Вы будете извиняться, или шутить над собой в попытке смягчить удары, но это не важно. Исследования (проведенные при помощи видеоигр с соревновательной

частью) показали, что люди уделяют очень много внимания тому, как именно они что-то делают, и практически не уделяли внимания тому, как это делают другие. Хотя во время игры вам кажется, что остальные только и делают, что смотрят, хорошо ли вы играете.

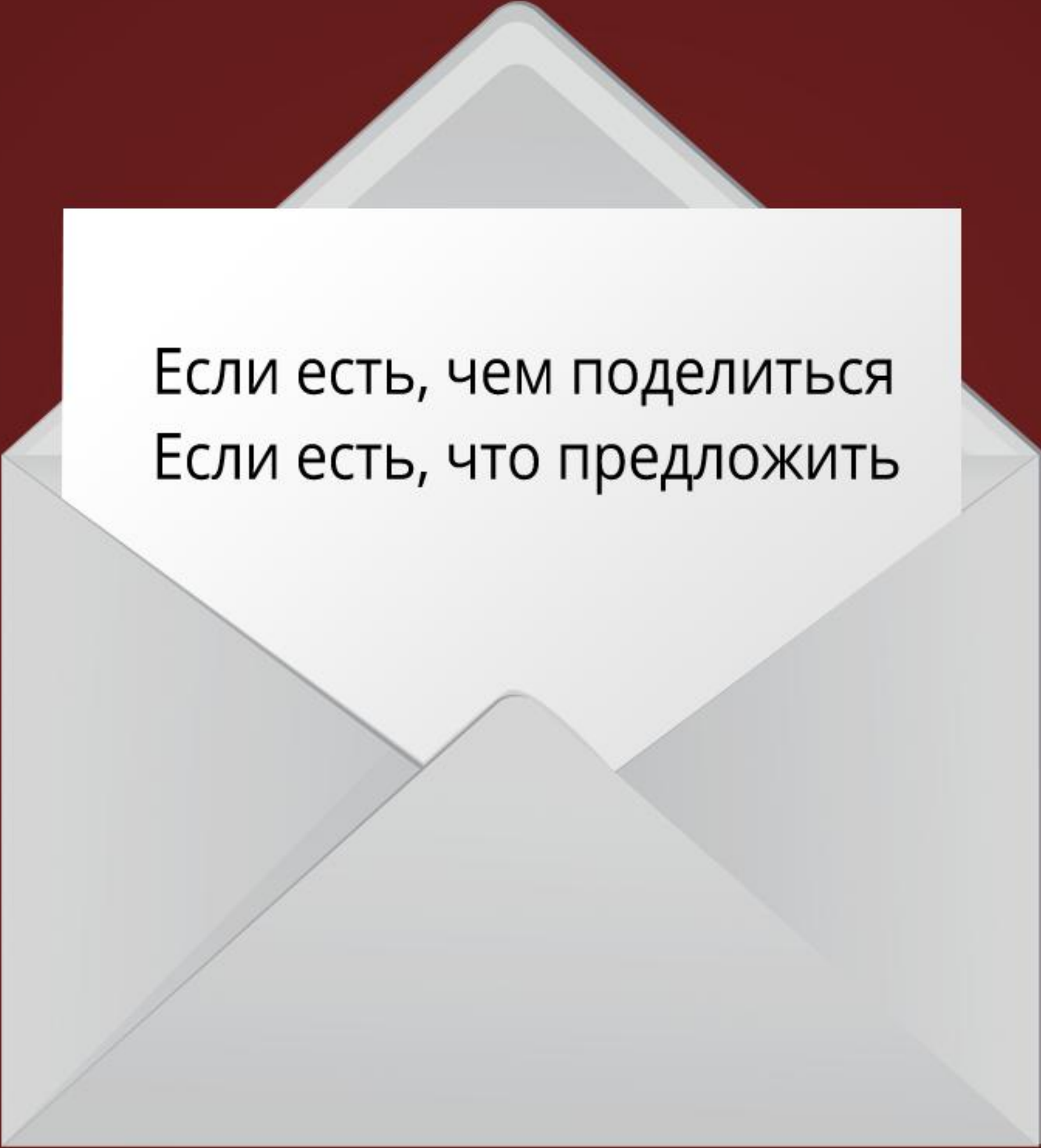
Исследования показали, что люди верят, что другие замечают и запоминают их вклад в разговор. Вы думаете, что все замечают, как вы запинаетесь, когда говорите. Но это не так. По крайней мере, до тех пор, пока вы сами не обратите на это внимание своими извинениями.

В следующий раз, когда у вас выскочит прыщ на лбу, или вы купите новую пару обуви, или напишете в Твиттер, каким скучным был день — не ожидайте, что кто-то это заметит. Вы не такой умный... или особый. ■

Эта отличная статья была переведена на русский язык командой переводчиков с сайта <http://youarenotsosmart.ru> и в оригинале взята из одноименной книги Дэвида Макрейни (David McRaney (<http://youarenotsosmart.com>))



# СОТРУДНИЧЕСТВО *с журналом*



Если есть, чем поделиться  
Если есть, что предложить

[frankiepicadilly@yandex.ru](mailto:frankiepicadilly@yandex.ru)





# NEW YEAR'S RESOLUTION:

ВЫПОЛНИТЬ ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ

НАЧАТЬ  
БЕГАТЬ

БРОСИТЬ  
ЕСТЬ В  
KFC

ПРОЧИТАТЬ  
12 КНИГ



# Великая резолюция

Испокон веков, а если быть точнее, еще с эпохи существования древнего Вавилонского царства (а это начало II тысячелетия до н. э.) люди были ленивыми и духовно слабыми, поэтому для того чтобы начать что-то менять в своих жалких жизнях, они дожидались сакрального момента. Дня, когда жизнь начиналась, что называется, с чистого листа, то есть, нового года. Все мы знаем, как это бывает. Кто-то

весь год поглощая куриные крылышки ведрами, жалуется на лишний вес, а на резонный вопрос «Почему ты не ходишь в спортзал?» получает гораздо менее резонные ответы вроде «Ну ты же знаешь, я занят, у меня работа, учеба» или «Да ты что, я не хочу выходить из дома, ведь ТАМ – ЛЮДИ!». Но такие люди, как правило, терзают себя вплоть до ноября-декабря, и именно тогда перестают терпеть внутренние

конфликты, и объявляют себе (а иногда и друзьям), что с Нового года они уж точно начнут новую жизнь. Острые крылья махнут им на прощание, кола заменится на обезжиренное молоко и воду, а поглощение аниме целыми тайтлами сменится на интенсивные кардиотренировки в тренажерном зале. Именно такие обещания и подразумеваются в термине “New Year’s Resolution”. Но, как правило,



## Артемий Лебедев

Как мотивировать себя что-то делать?  
Да никак, оставайтесь в жопе!

задор покидает начинающих новую жизнь уже через неделю, если не раньше. И в этой статье я рассмотрю феномен новогодних обещаний и даже расскажу, как сделать так, чтобы поставленные цели достигались, причем не только без особых трудностей, но и с удовольствием.

## Ты и статистика

В 2007 году Ричард Уайзмен из Бристольского Университета провел эксперимент, в котором приняло участие 3000 человек. Испытуемые составили свои списки новогодних обещаний, и 88% из них потерпело неудачу в достижении своих целей, несмотря на то, что 52% испытуемых были уверены в собственном успехе.

В чем причина такого провала? Прежде всего, в том, что чаще всего начало нового года является не столько мотиватором, сколько шансом ничего не делать еще пару месяцев и

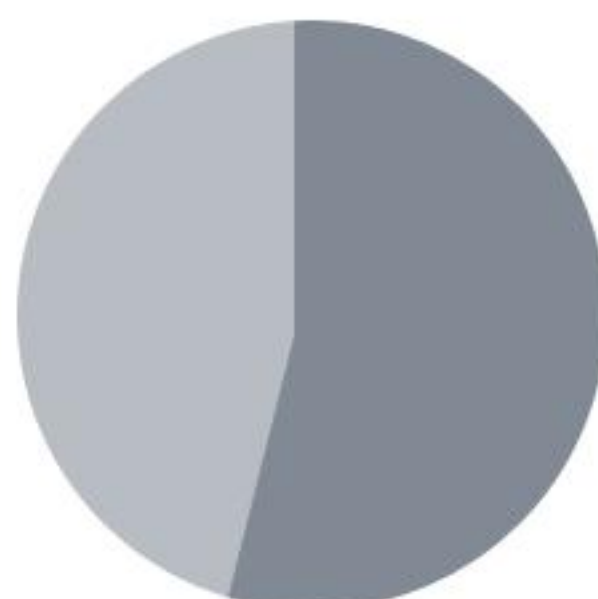
и кормить самого себя тщетными обещаниями начать действовать сразу, как только наступит день Икс.

## Весь секрет

1. Тебе по-настоящему должно быть необходимо то, чего ты пытаешься достичь. Настоящая мотивация исходит из твоего собственного желания.
2. Цели должны быть определены как можно более точно. Четкое количество книг вместо «Много книг». «Сбросить 15 килограмм» вместо «Уменьшить живот/сбросить вес». «Заработать 50 000» вместо «Заработать много денег».
3. Озвучь цели перед своими друзьями. Если они у тебя есть, конечно. Если нет – запиши видеообращение на ютуб или напиши еще где-то, где есть люди, которым на тебя чуть более, чем полностью плевать.



88%



52%



4. Научись получать удовольствие от своих ограничений и/или занятий, которые позволяют достичь желаемого.

Спорт, книги, диеты – все это может быть интересным, авантюрным занятием, доставляющим удовольствие.

5. Почти то же самое, что и пункт 3 – результат важен, но нельзя на нем заикаться, потому что, как правило, для его достижения требуется большое количество времени, к которому мотивация исчезает. Акцентируйся на самом процессе.

6. Найди себе наставника или вдохновителя. Это может быть человек из твоего окружения или же общепризнанный кумир, который преуспел в том же. Zyz, например, если ты хочешь в спорт, или Артемий Лебедев, если хочешь бросить курить. Почитай его историю про то, как он курил и бросал курить. Вдохновитель будет вдохновлять (надо же!), а наставник – помогать, хвалить в случае успеха и не давать совершать ошибки.

7. Хвали и награждай себя за каждый успех. Ты проделал немало работы для достижения каждой новой ступеньки к своей цели.

8. Вместо угрызений совести за каждый неуспех - анализируй ошибки, что привело к нему и помни, что проигрыш дает гораздо больше, чем победа.

9. Изолируй себя от объектов соблазна. Худеешь - меньше находишься в местах общественного питания и не ходи по магазинам, занимаешься спортом – ограничь количество развлечений в день, потому что это отвлекает и тратит твои силы,

10. Соревнуйся с друзьями. Заключите спор и боритесь за приз. ■

Среднестатистический  
человек живет примерно

**25 000**  
дней

**ZYZZ**  
продал свой аккаунт  
в **World of Warcraft**  
и купил абонемент в  
тренажерный зал

раньше книги было  
невозможно достать,  
**сейчас**  
ты можешь заполучить  
целую библиотеку  
бесплатно

когда все **предадут** тебя,  
когда твои близкие **покинут** тебя,  
с тобой останется лишь один человек:

**ТЫ САМ**  
поэтому поработай на него уже сейчас



A vintage leather Chesterfield sofa is the central focus, set in a library. Behind it, wooden bookshelves are filled with books. On the left, the spines of 'Encyclopaedia Britannica' volumes are visible, labeled 'VOL. I. A-ANA', 'VOL. II. ANA-ATH', and 'VOL. III. ATH-BOI'. On the right, a row of 'HARPER'S MAGAZINE' books is neatly arranged. An open book lies on the sofa's seat to the right of the text. The scene is dimly lit, creating a cozy, intellectual atmosphere.

# ЛИТЕРАТУРНЫЙ КЛУБ





# ОБЛУЧЕН

Основано на реальных событиях



---

## ОТ РЕДАКТОРА

---

Эта история была рассказана на одной небольшой имиджборде в конце лета и начале осени 2012-го года. Об ее авторе мы знаем не так много, как хотелось бы. Знаем, что он человек без образования, имеет определенные физические недуги, которые существенно сказываются на его образе жизни. Работает на низкооплачиваемой, но простой работе, и живет, по всей видимости, в съемной квартире. Но здесь будут присутствовать некоторые художественные дополнения. В данном варианте рассказа эта история будет несколько видоизменена и подготовлена для публикации. Всеми силами редактор будет добиваться максимального сходства с оригинальным повествованием, а так же учтет все исправления и дополнения автора, которые он вносил в своем треде. В том числе, нетронутым останется и название «Облучен». Оно было указано в теме треда, и, по всей видимости, будет логично назвать рассказ именно так. Надеюсь, автор и читатели будут довольны. Приятного чтения!

---





Посвящается людям,  
которые были рядом со мной.  
- А.

## ГЛАВА I

Конец августа. Я открыл свой дневник и пишу сюда эти слова. Странное чувство. Я знаю, зачем я это делаю, но в то же время не знаю, почему делаю это до сих пор. Я собирался записать историю, которая произошла со мной совсем недавно. Кажется, что ничего у меня не получится, не смогу растянуть фразу или предложение на полноценную историю. Заканчивается ядерное лето, от которого у меня вся кожа в химических ожогах. Сегодня я проснулся с разбитыми губами и ободранной кожей. У меня сухой кашель. Надеюсь, не заболел, хотя сам не верю в это. Мысли все еще собираются во что-то стройное и упорядоченное. Я блуждаю по времени, но иду только в одну сторону. Туда, куда идти не следовало бы. Мне кажется, я заблудился. Хватит! Чтобы подвести итог событий я должен все написать.

Сейчас настало самое время это сделать. Я проснулся в 5 утра, в 5:23. В какой день я не помню, мне кажется, это было в конце прошлой недели, то есть около пяти дней назад. Сразу по пробуждению прочитал свой дневник, пару последних записей. Я всегда читаю его после сна. Ничего интересного, бытовые мелочи плюс заметки по моему характеру. Весь день провел сидя в своей небольшой квартире в чердачном помещении. Я читал Достоевского и пил чай, когда читать надоедало. Выглядывал в маленькое окошко. Вид на серо-зеленую реку, загрязненную промышленными отходами. На дороге, на неоновые вывески различных заведений, в которых нормальные люди справляют свой досуг. Тогда хотел сделать в дневнике заметку об этом контрасте, но от чего-то не сделал. Вечерело. Погода уже осенняя. Еще не прескверная, но уже не свежая прохлада, хоть и случай это единичный. Поехал, как обычно, на работу. Подрабатываю ночным сторожем на одном никому не нужном складе на другом конце города.



Обычно я свою смену провожу на улице, брожу по небольшой территории. В общем, уже время за полночь, я на улице во дворе курю, неспешно шагая от стены склада к забору и обратно, смотрю на небо. Из-за ярких городских огней на небе не видно звезд.

Мои мысли и наблюдения внезапным образом оборвались, я услышал чей-то непрожеванный крик. Подошел к забору, увидел примерно в полусотне метров мужчину и женщину. Они ругались, ругались довольно сильно, и я стал невольным свидетелем этой ссоры. Закончилось все тем, что девушка расцарапала парню лицо, и накричала на него, а затем стремительно направилась прочь. Этот парень стоял и смотрел ей вслед, а потом, оглядевшись по сторонам, пошел в мою сторону (тротуар как раз вдоль забора). Проходя рядом, он заметил меня, сбавил немного ход. Я затянулся сигаретой и попытался рассмотреть его. Думал, он обратится ко мне, попросит прикурить через забор или что-нибудь в этом роде. Но этот человек сказал знакомую мне фразу:

— Зябко? - и немного усмехнулся, увидев, что я стою в одной рубашке с закатанными рукавами.

— Мне надо подумать над этим, — неловко сказал я, снова затянувшись. До этого момента я не обращал внимания на ночную прохладу, а сейчас, в самом деле, почувствовал что уже и не лето вокруг. Я выпустил дым и добавил, — может, покурим немного? — Посчитал, что это немного сгладит мой глупый ответ на такой обыкновенно простой вопрос.

— Отчего б не покурить, - добродушно ответил незнакомец, перед этим забавно издав носом звук "хм" и подняв бровь. Мне кажется, он улыбался, но на его лице не было улыбки.

Во время этого разговора мы не стояли на месте, а неспешно шли вдоль забора. Он вел, и, кажется, знал, где ворота, а я будто бы следовал за ним. Нужно было либо выйти мне, либо зайти ему. Когда мы дошли до ворот, - буквально через пару мгновений после моего приглашения, - я их без особых сомнений открыл, неуклюже ковыряясь в замке под светом фонаря. Подумалось мне, курить двум людям через забор будет как-то не вежливо, да и не похож он на грабителя какого, чтобы волноваться. Вообще, он мне сразу понравился. Этого человека было красивое лицо и очень спокойный голос. Даже в разговоре с девушкой его почти не было слышно - не повышал он голос, а будто бы напряженно

шептал только. Когда он зашел на территорию склада, остановились мы прямо под фонарем. Я предложил сигарету, он жестом отказался, и сказал, что у него есть. Он достал красные мальборо, - забавно, я курю точно такие же. И я достал вслед за ним еще одну сигарету. Дал ему прикурить. Затем мы представились друг другу, пожали руки, перекинулись парой общих фраз. Он в двух словах прокомментировал ситуацию с девушкой, произнес фразу, которую я потом записал в свой дневник: "Удивительно смотреть на двух людей, конфликтующих между собой за то, кому больший кусок торта достанется. Особенно смешно, если оба куска на самом деле одинаковые". Я так и не понял, к чему он это сказал, но видимо они с той девушкой что-то не поделили.

Здесь должен прервать свою историю, у меня сильный кашель, мне необходимо сходить в аптеку за лекарствами. Видимо, заболел.

Пришел домой, продолжаю запись. Наверное, зря я вообще затеял этот поход, потому что только очень сильно промок, и наверное этим лишь усугубил свое здоровье. Походить пришлось не мало, потому что все ближайшие аптеки закрыты оказались, уже вечер. Спросил у мужчины, стоя с ним на светофоре у пешеходного перехода, где мне найти ближайшую круглосуточную аптеку. На это он испуганно и пренебрежительно ответил, что не знает. Может быть счел меня за наркомана какого-нибудь: мой вид располагает к таким выводам. Оставшись без ответа на пустой улице, я немного занервничал. Еще температура поднялась, как сейчас стало известно. Я решил не переходить дорогу, не дожидаясь сигнала светофора развернулся, и пошел вдоль дороги, в надежде найти круглосуточную аптеку. Пришлось порядочно побродить под дождем по стеклянным ночным улицам. В итоге, нашел. Эта аптека была недалеко от художественной школы, которую я когда-то бросил. Выстоял в очереди из молодых женщин с детьми, стариков и пузатых мужчин в возрасте. Купил что нужно. Когда покупал, та девушка-аптекарь окинула меня таким мешанским взглядом, - сочувствующим и презирующим одновременно, - мне показалось, я худший человек на свете, и она просто обязана презирать меня. Но когда я попросил лекарства, она моментально подобрела, и вежливо





обслужила меня. Как будто я оказался другим человеком. Или она оказалась теперь другой.

Отойдя на два десятка метров от здания заметил, что леденцы лимонные. Вернулся, пришлось вернуться. Попросил обменять на мятные (я, признаться, ненавижу мяту, - в зубной пасте, в жевательных резинках, - да везде, в общем) ту же самую продавщицу. Она обменяла, пожелала мне выздоровления. Хотела еще какую-то штуку мне продать, честно говоря, не знаю название, этим брызгают в горло, но я отказался. Просто денег нет. Пойду, сделаю что нужно, лекарств выпью, налью чай, и продолжу повествование. Сделал, и теперь я сижу на ободранном старом кресле, которое видимо здесь стояло всю жизнь. За окном дождь, даже ливень. Я сделал чай из пакетика, первый раз за эон решил добавить сахар. Вкус такой больничный мне кажется, но мне нравится.

Пару строчек выше: Я остановился на том, что мы познакомились. Заговорили мы на разные темы (назову моего нового знакомого Н.), пока курили. Н., оказывается, учитель литературы, но сейчас без работы. Почему именно так вышло, не сказал, но все же, как я понял, у него возникли какие-то проблемы с руководством. То ли выжил его этот коллектив старых и знающих жизнь преподавателей, то ли еще что. Да в общем, и не особо хочется знать. Сразу так тошно становится, как начнешь вникать в эти хитросплетения, где каждый себе хочет кусок побольше да потолще урвать, а на то, кем он после этого будет даже не задумывается.

Он спросил, чего лицо-то у меня ободранное и поцарапанное какое-то. Вежливо, конечно, поинтересовался - хотя у самого-то! Но быстро сменил тему, увидев, что я замялся. Мы говорили об обычных бытовых вещах, но когда в разговоре появилась пауза, он начал внимательно смотреть на меня, прищурив глаза. А затем так внезапно произнес:

— Не хочешь денег заработать? — и аккуратненько поправил воротник на своей куртке, — тут дело одно есть. Сказал это, и смотрит на меня так внимательно.

Я кашляю в сторону, закрывая рот тыльной стороной ладони, хмрю брови. Захотел ответить, что мне надо подумать, но вдруг вспомнил, что совсем недавно не к месту уже говорил это. Тогда я спросил как можно более осторожно, что это за дело. Он мне сказал примерно следующее, строя непринужденную гримасу, и выпуская на свободу дым из легких:

— Там совсем не сложно, съездить кое-куда, поговорить надо, за человека вступиться. Если спросят, скажешь, что давно его знаешь, — говорит, плечами пожимает и гнет бровь.

В этот момент я пытаюсь такой язык тела прочитывать, чувствую себя каким-то аутистом, будто бы всегда общался то ли с каменными скульптурами, то ли с манекенами, а может и вовсе просто не обращал, чем сопровождается речь. Быстро вспоминаю, что я откровенно тормозить начал, в облаках летать, как сказал бы любой учитель невнимательному ученику.

— Это что, какие-то полицейские дела? — говорю я.



— Да нет, ну что ты, ничего подобного, просто с людьми поговорить надо.

— А платят за что? — переспрашиваю.

— За то, что просто поприсутствуешь, поможешь, так сказать, морально поддержишь. Может и говорить ничего не придется. А коли спросят, так ты много не болтай, просто скажи так и сяк, человек он хороший, все дела.

— Что конкретно меня могут спросить? — я задал уточняющий вопрос. Я ничего не понимал, на самом деле. Сейчас пишу эти слова в свой дневник, прокручиваю в голове этот диалог и думаю что в такой ситуации не понимать довольно нормально, мне кажется.

— По сути тебя про него спросят, про характер, может про то как познакомились. Ну, тут переживать не надо! Я все объясню по ходу дела.

Вот здесь я немного начинаю паниковать. Не то, чтобы это выглядело каким-то обманом или надутельством, просто дело кажется мне "мутным". Станным-престанным. Тем более человек мне его предлагает, которого я знаю от силы только 15 минут. Не знаю, как бы поступил другой человек, будь он на моем месте, но я согласился. Мысленно. Вслух я пока ничего не произносил. Я задал закономерный, в общем, вопрос:

— А сколько за это заплатят?

Н. будто немного обрадовался, это незримое ощущение, которое как-то передается тебе.

Видимо понял он, что я согласился. Наверняка понять было просто, я совсем не умею скрывать своих эмоций и своих мыслей, обычно все легко читается по глазам, или по лицу. Кому как.

— Заплатят нормально, об этом ты не переживай, ей богу, — тут он неприятное немного замечание сделал. К моему удивлению, говорит:

— Вот ты подрабатываешь сторожем, как я вижу. И не от хорошей жизни, вестимо. Да, друг, по тебе я вижу, ты человек с образованием, умный, чего здесь делаешь, не знаю. А так подкопил бы денег, да вложил с умом, того и гляди, найдешь себя.

Мне немного подурнело (не в физическом смысле), тут еще и очередную сигарету выкурил совсем не вовремя. Стою, скрестив руки, держу несколько окурков, мусорить не хочу, продолжаю его слушать не перебивая. Не знаю, к чему он ведет, но я решил дослушать не перебивая. Кстати, на счет образования он ошибся: на самом деле я не окончил университет. В какой-то момент я более не смог учиться из-за своего здоровья.

— Я вот тоже, смотри, учитель литературы, а не какой-нибудь там пройдоха (он так и сказал - пройдоха), а занимаюсь совсем не учительскими делами. И чему я могу научить, если сам ничему не научился? Вот и надо как-то выбираться, учиться, если можно так выразиться, учиться быть лучше.





На этом он закончил свою речь, предложил мне записать его номер телефона, сказав, что понимает, что так все мне на голову вывалил, и мне нужно подумать. Попросил, правда, сильно не тянуть, и не дольше чем через два-три дня дать ответ. Я позвонил на следующий.

Еще долго, может быть часа два, ходил по территории склада и думал над произошедшим. Вы знаете, как это бывает. Сначала думаешь, что ты сказал и с какой интонацией это произнес, потом на ум приходят правильные слова, которые следовало бы сказать вместо того, что уже сказал. Потом пересматриваешь всю ситуацию, весь разговор. Мне тогда это показалось каким-то необычным и интересным, и я даже не думал, куда меня могут втянуть и не рассматривал развитие ситуации в категориях «если бы»: не думал о том, что может произойти со мной в лучшем и худшем случаях. Вся моя жизнь казалась мне пресной и одинаковой, и в сущности, что бы со мной ни произошло, это было бы каким-то событием. Наверное, я просто жаждал приключения, а может быть, просто не подумал, когда согласился принять участие в том странном деле.

Но больше всего я размышлял о последних словах Н. Что он имел в виду, когда говорил что нужно учиться быть лучше. Думаю об этом до сих пор, и до сих пор не могу прийти к однозначному выводу. Тогда я даже растерялся, а сейчас, может быть, понял, что он имел в виду. Но все же мне не понятно, что он подразумевал, что бы это значило? Какой-то намек, или просто выражение в речи. Просто слова?

Но ведь любые слова, даже самые незначимые, это форма для действий, или для желаний, или для мыслей; просто слов не бывает, и, видимо, эти слова имеют какой-то подтекст. Неприятно: я нашел подобный подтекст в отношении себя. Мне не хочется об этом думать, и тем более не хочется сохранять эти мысли в таком надежном хранилище как дневник, поэтому я не стану писать об этом.

Сейчас я устал, продолжу рассказывать потом. Кажется, у меня поднялась очень высокая температура. Узнать не могу. У меня давно разбился градусник из-за моих ловких рук и внимательных глаз. Ломит все тело, лубяные мышцы, литиевый мозг, будто бы я нахожусь вне себя, вне своего тела. Хоть разумом и понимаю, что тело это, все же, мое. Надо обязательно выпить аспирина и парацетамол, кажется так. Утром должно полегчать, надеюсь.



Конец первой части.

Продолжение в следующих выпусках журнала

Иллюстрации - Daniel Danger





ТРИДЦАТЬ ПЕРВОЕ  
**ДЕКАБРЯ**



Тридцать первое декабря. Близится вечер. Я готовлюсь встречать Новый Год, проверяю свою папочку с загруженными фильмами и музыкой. Листаю исполнителей. «Ага, вот, легкий джаз будет как раз, кстати, поможет настроиться на новогодний лад», - думаю я, затем выбираю исполнителя и включаю свой любимый альбом. За окном слышатся радостные голоса, будто бы уже наступила полночь и все повывирались наружу, чтобы смотреть и запускать праздничные салюты. Я собираюсь заботливо расставить на полочке фигурки Кагами Хиираги, как вдруг воздух, наполненный нежной джазовой мелодией, разрывает пронзительный крик со стороны кухни:

— Валера! Иди селедку помогай готовить! Опять со своим компьютером играешься? Я что, одна должна все делать? Валера, иди, сходи на рынок купи полкило сахара, и хлеба купить не забудь! Ничего делать не хочешь, как запечный таракан дома сидишь.

Вмешивается второй, более грубый голос:

— О, вот, бездельника вырастила!

Снова тот пронзительный голос:

— Валера! Валера иди отцу помогай, делай что-нибудь! Валера, идите с отцом за елками тут у соседнего дома продают! Валера, к нам еще дядя Боря, сосед сверху, должен прийти, он у тебя гитару возьмет! Он помогал унитаз чинить, Валера, так что не жадничай! Валера, сейчас дядя Вася с тетей Марусей приедут из Верхнезалупинска, ты выйди хоть, и поздороваться не забудь!

Все, я понимаю, что праздника, скорее всего не будет, но может не все потеряно. Собираюсь в магазин. На рынок не хочу идти, там придется разговаривать с продавцами. Но мамке не говорю - а то запоет свою оду рынкам, мол, на восемь копеек дешевле все и продукты всегда свежие.

Дохожу до магазина, беру что нужно, иду к кассе. Стою в очереди. Две девушки у входа смеются надо мной, и, кажется, даже показывают пальцем. Стараюсь не смотреть им в глаза, думаю, что они шлюхи и дешевки. Начинаю мечтать об идеальной девушке и думаю, что я, только я бы подошел для такой. Внезапно замечаю, что меня кто-то толкает в бок, причем толкает достаточно настырно.

— Молодой человек, вы здесь не стояли, пропустите меня, - говорит огромная бесформенная бабушка с сине-фиолетовыми волосами и четырьмя подбородками.

Меня мысленно передергивает от ее вида, я отвечаю ей, что стоял. Вмешивается какая-то женщина из очереди. Вообще, если бы не Новый Год, я бы за минуту отоварился, а тут все кассы закрыты кроме одной, и будто бы целый район собрался именно в этот магазин. Короче, женщина из очереди поддерживает бабушку, бабушка начинает судорожно кричать, бешено вращая глазами, что она какой-то там ветеран труда, герой советского союза. Говорит, что я малолетнее хамло и меня мало родители секли в детстве. У бабушки изо рта торчит непрожеванный крик, она

становится сначала красной, потом зеленой, потом фиолетовой, как её волосы. И продолжает кричать и кричать. Мужчины осуждающим взглядом смотрят на меня, женщины между собой перешептываются и презренно мотают головами. Бабушку пропустил, иначе меня бы поколотили.

Наконец, оплатил товары. «Пакет не надо, спасибо», - вторая фраза, которую я произнес за день. Прохожу мимо тех девушек у входа. Они замолкают, а когда оказываются у меня за спиной, смеются еще громче. Мне почему-то становится сильно стыдно и неприятно, я вылетаю из магазина. Хорошо, по пути домой ничего не приключилось. Но дома приключилось.

Я захожу и на меня начинает орать мать, что меня как за смертью посылать, два часа неизвестно где шляется, до рынка же пятнадцать минут ходьбы. Вижу, приехали родственники, много родственников. Начали говорить, что я подросток (мне 24 года), дядя Вася, мамин брат, купил мне на новый год напильник и набор сверл, сказал, что мужик должен руками работать. Я его поблагодарил, подарок убрал. Бабушка подарила мне какие-то стариковские рубашки без рукавов. Рукава, правда, у них есть, чуть ниже локтя, а сами рубашки эти мне до колен.

— О, твой размер, Валера, дедушка такие носил, ему в самый раз были.

И мне прямо в пору. Думал, на этом ад закончится, но нет. Начали спрашивать про меня, каждый говорил мне как надо правильно жить. Вышел из туалета батин сослуживец, душа компании, заядлый рыбак. Обращается к бате, говорит, мол, вот, гляди, что я твоему сыну на Новый Год купил. И достает набор рыболовных снастей. Батя подзывает меня, говорит, глянь, сына, набор какой классный. Я благодарю за подарок и оставляю их увлеченно рассматривать набор, пользуясь моментом, и сматываюсь в свою комнату. Начинается празднование, время близится к полуночи, потом наступает полночь. Игнорирую мамкины призывы выйти со всеми выпить и пойти смотреть салют





на балкон. Внезапно наступает тишина, и все молча слушают речь человека из телевизора, потом громко кричат, потом безбожно пьют. Слышу из соседней комнаты:

— Давай тост, Николаич!

— За нас, ебанарот!

— О как завернул красиво! Надо выпить за это!

Я стараюсь не обращать на это внимание, но слышно сильно. Смотрю любимое аниме, кажется, будто бы предыдущего сегодня не было, а будущее будет только хорошим. Тут в мою комнату врываются какие-то пьяные мужики. В одном из них я разглядываю своего отца, еще одного узнаю, это кажется его друзья с работы, остальных вижу первый раз. Что им здесь нужно?

— О, глянь, Степан, видал как я тут провел проводку?

— Да заебком сделал, чо!

Я начинаю нервничать. Мужики замечают, что я смотрю аниме. Спрашивают, «чо это такое?», и смеются. Мужики предлагают мне выпить с ними, говорят, я уже взрослый, надо водочки накатить, за Россию выпить. Я говорю, что не хочу пить, и не важно за что, просто не хочу. Тут не знаю, к лучшему или худшему, но они замечают у меня на полочке коллекцию фигурок Кагами. «Чо это такое? Ты чо, из этих штоли?». Отец направляется в мою сторону, но на пути оказывается провод, об который он благополучно спотыкается. Отцу ничего, не упал, но провод вырвал. Погас монитор, утихло методичное жужжание кулера, огоньки исчезли. Я в бешенстве, но виду стараюсь не подавать, знаю, что это приведет к чему-то еще худшему. Отец ругается на провода, что я их здесь разложил. Подходит, берет фигурку Кагами, начинает показывать мужикам, говорит: «А это он вот аж с интернета заказывает, коллекционирует!». Крутит фигурке руки и голову, будто бы демонстрирует дурной товар самой изысканной публике. Все смеются, моя жопа пылает иерихоновым пламенем. Говорят, что они в детстве марки коллекционировали, а я какую-то ерунду. «И сын у тебя какой-то неправильный», - говорит кто-то из мужиков. Батя осуждающе смотрит на меня. Наконец, я им надоедаю, они уходят. Я понимаю, что на этом дело не закончится, ведь Новый Год только начался. В спешке собираюсь, не забывая прихватить плеер, ухожу на улицу. Немного брожу по дворам, опасаясь наткнуться на агрессивное быдло, нахожу уютную лавочку. Усаживаюсь, включаю на плеере ту самую нежную джазовую мелодию. И с грустной завистью и презрением, подпирая голову рукой, всю ночь сижу здесь и наблюдаю за жизнерадостными людьми, снующими туда-сюда в поисках мгновений мимолетного счастья. ■



# ВРЕМЯ ИЗУМИТЕЛЬНЫХ ИСТОРИЙ

Скоро закончатся зимние каникулы и для многих настанет время вернуться в социум.

Что рассказать коллегам во время обмена историями об отпуске, проведенном тобой в четырёх стенах в полном одиночестве?

ЕСТЬ О ЧЕМ ВСПОМНИТЬ?  
БЫЛО ЧТО-ТО ВЕСЕЛОЕ?

ДА

НЕТ

ЭТО СОЦИАЛЬНО  
ПРИЕМЛИМО?

ДА

НЕТ

ПРИДЕТСЯ  
ПРИДУМЫВАТЬ

РАССКАЖИ  
ПРАВДУ

КЕМ ХОЧЕТСЯ  
КАЗАТЬСЯ?

АСОЦИАЛЬНЫЙ ПОЗЕР

СВОЙ ПАРЕНЬ

ТУСОВЩИК

ДУХОВНО БОГАТЫЙ

“Выпил бутылочку вина, посидел со своей женщиной, поздравление президента посмотрел, оливье полел. Всё как у людей, ну вы поняли. Ничего такого особенного.”

“Пили французское вино, смотрели старые черно-белые фильмы со своей возлюбленной ну и читали философскую литературу друг другу вслух. Ничего такого особенного.”

“Пришел в клуб, прихватил друга, выпили там пару бутылок, с девчонками познакомились. Всё как у людей, ну вы поняли. Ничего такого особенного.”





АСОЦИАЛЬНЫЙ ИНТЕРНЕТ-ЖУРНАЛ  
**ДОМОСЕД**  
— *created by* —  
**INACH.ORG**

&

**ВСЕ ИЗОБРАЖЕНИЯ**  
ПРИНАДЛЕЖАТ СВОИМ ЗАКОННЫМ  
ВЛАДЕЛЬЦАМ, ХОТЬ И **УКРАДЕНЫ**

— **ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ** —

- [redaction@domosed.com](mailto:redaction@domosed.com)
- [frankiepicadilly@yandex.ru](mailto:frankiepicadilly@yandex.ru)

Пишите нам на наши почтовые ящики письма с пометкой "письмо в номер" и мы обязательно их опубликуем и даже не оставим без ответа. Может быть.