Цзян Шоуянь ещё какое-то время молча стоял на коленях. Зимняя земля была пропитана утренней росой, и он с запозданием ощутил холод. Опустив взгляд, он увидел грязь на своих штанах, посмотрел на Чэн Цзайе — его брюки тоже были покрыты слоем мокрой земли.

— Надо было что-нибудь подстелить, я и забыл. — Цзян Шоуянь потянул Чэн Цзайе за руку. — Вставай.

Чэн Цзайе слегка согнулся, одной рукой опираясь о землю, а другой перехватил руку Цзян Шоуяня и потянул его за собой, помогая подняться.

— Эти вещи нужно собрать? — Чэн Цзайе никогда раньше не сжигал ритуальные деньги в горах и не знал местных обычаев.

Цзян Шоуянь взял мандарин, лежавший в самом центре, и покачал головой:

— Не нужно.

Горная тропа была труднопроходимой и пролегала вдоль обширной, густой бамбуковой рощи. Она спускалась к заднему двору семьи Цзян Шоуяня. Раньше здесь держали кур и уток, но сейчас всё пришло в запустение.

Цзян Шоуянь обогнул дом и вошёл во двор. Там был небольшой резервуар для воды. Он хотел зачерпнуть немного, чтобы Чэн Цзайе мог оттереть штаны, но, подойдя ближе, обнаружил, что каменный бортик покрыт толстым слоем мха, а на поверхности плавают сухие листья и паутина — вода была очень грязной. Он на мгновение замер, не сразу осознав увиденное. В его детских воспоминаниях вода в резервуаре была чистой и прохладной, и каждый раз, разгорячённый после беготни, он зачерпывал её ковшиком и пил.

Возможно, он слишком быстро шёл или его мозг замёрз от утреннего холодного воздуха, а может, вид знакомых мест пробудил былые чувства, смешав прошлое и настоящее. С лёгким разочарованием он обернулся, посмотрел на Чэн Цзайе, а затем скользнул взглядом сквозь него и увидел старый дом, безмолвно возвышающийся на фоне бамбуковой рощи. Время высекло на нём печать ещё большего одиночества и запустения, и теперь дом разительно отличался от того, каким остался в памяти.

— Я хотел оттереть тебе грязь, — сказал Цзян Шоуянь, — но вода никуда не годится.

Чэн Цзайе хмыкнул, опустив голову и шаря в кармане брюк:

— Ничего страшного, я взял влажные салфетки.

Цзян Шоуянь хотел забрать их у него из рук, но Чэн Цзайе вдруг присел на корточки. Проследив за его взглядом, Цзян Шоуянь наклонился и только теперь вспомнил, что его собственные штаны тоже испачканы. Чэн Цзайе распечатал салфетку и принялся тщательно оттирать пятна. Мгновение спустя он почувствовал свежий цитрусовый аромат, и не успел поднять голову, как к его губам поднесли дольку мандарина. Чэн Цзайе взял её губами, но едва съел одну, как ему предложили следующую. Он не поспевал за темпом, с которым его кормили, поэтому, отвернувшись, со смешком произнёс:

— Хватит, хватит.

Тогда Цзян Шоуянь просто положил оставшийся неочищенный мандарин ему прямо на макушку. Успешно обездвижив его таким образом, присел на корточки, забрал влажную салфетку из рук Чэн Цзайе и принялся оттирать ему брюки.

Чэн Цзайе посидел неподвижно какое-то время, затем снял мандарин с головы и отмер. В кожуре оставалось ещё две дольки, и он скормил их Цзян Шоуяню.

— Хочешь побыть тут ещё немного?

Цзян Шоуянь, пережёвывая мандарин, покачал головой.

— Тогда подождёшь, пока я верну это, и пойдём? — Чэн Цзайе помахал испачканным в земле тесаком.

Цзян Шоуянь кивнул:

— Угу.

Чэн Цзайе стёр с лезвия грязь влажной салфеткой, поднялся и вышел со двора.

Цзян Шоуянь так и остался сидеть на корточках, подперев щёку рукой. Он неотрывно смотрел на старый дом, погружённый в свои мысли. Бамбуковая роща зашуршала, и Цзян Шоуянь, повернув голову, увидел, как птица, вырвавшись из густой листвы, взмыла в далёкое небо.

— Пойдём, — раздался позади голос Чэн Цзайе.

Цзян Шоуянь протянул ему руку:

— Почему так долго?

— Оставил свои контакты.

От долгого сидения на корточках при вставании у Цзян Шоуяня закружилась голова. Опершись на Чэн Цзайе, он немного пришёл в себя и спросил:

— А зачем обмениваться контактами?

Чэн Цзайе:

— На всякий случай, вдруг пригодится? Раз уж мы всё равно приехали, заодно и номерами обменялись.

Дорога от старого дома до города была неблизкой, и когда они вернулись, уже перевалило за полдень. Договариваясь о встрече с психологом, Чжоу Цзянем, Цзян Шоуянь не предполагал, что поедет на родину, поэтому их беседу пришлось перенести на следующий день.

Чжоу Цзянь сидел в той же самой одежде, всё в той же знакомой комнате. Цзян Шоуяню даже

показалось, что даже яркость освещения была точно такой же, как в прошлый раз.

— Можешь рассказать, что произошло вчера? — с улыбкой спросил Чжоу Цзянь, глядя в экран.

Поза Цзян Шоуянь была немного скованной. Опустив взгляд, он начал рассказывать, изредка поднимая глаза на экран.

Во время их прошлого разговора они не затрагивали сложных тем, а всё, что касалось семьи, Цзян Шоуянь лишь упомянул, не вдаваясь в детали. Возможно, из страха, что Чжоу Цзянь уведёт разговор в ещё более глубокие дебри, едва прозвучал последний звук его рассказа, Цзян Шоуянь поспешно спросил:

— Помните, в прошлый раз вы обещали, что сегодня расскажете мне о Чэн Цзайе?

Кажется, его попытка сменить тему слишком очевидна. Цзян Шоуянь незаметно потёр пальцы рук, спрятанных под столом. Чжоу Цзянь не стал допытываться. Он кивнул и, смягчив тон, заговорил о Чэн Цзайе:

— Он пришёл ко мне по рекомендации моего знакомого. Сначала я подумал, что он болен, и лишь позже узнал, что он пришёл ради любимого человека. Я впервые столкнулся с подобной ситуацией: человек явился к психотерапевту, чтобы научиться лучше заботиться о заболевшем возлюбленном.

Цзян Шоуянь сидел с опущенной головой и молчал, тихонько пощипывая пальцы.

— У него очень развита эмпатия и высокая способность к обучению. Он часто засиживался допоздна, читая книги и изучая истории болезни. Но, сам понимаешь, далеко не все случаи позитивные, поэтому порой ему было очень тяжело.

Цзян Шоуянь поджал губы. Чжоу Цзянь продолжил:

— Он тебя очень любит.

Цзян Шоуянь едва сдерживал слёзы.

— Ранее он присылал мне фотографии твоих медицинских заключений. Моей рекомендацией была медикаментозная терапия в сочетании с когнитивной, — сказал Чжоу Цзянь. — И сейчас я советую то же самое.

Цзян Шоуяню было трудно говорить:

— Но…

— Ничего страшного, — спокойно и неторопливо перебил его Чжоу Цзянь. — Выслушай меня до конца. До нашего сегодняшнего разговора я полагал, что твоя травма вызвана внезапной кончиной бабушки. Но когда ты упомянул, что ходил на могилу матери, я понял, что ошибался. Вероятно, всё началось гораздо раньше — как минимум с момента смерти твоей мамы.

Цзян Шоуянь слегка округлил глаза.

— У жителей Юго-Восточной Азии стрессоустойчивость в целом выше, чем на Западе. В ситуациях, которые невозможно изменить, они склонны выстраивать собственный каркас выживания. Ты поступил так же, нёс на себе эту конструкцию, пока не ушёл из жизни последний близкий человек. И тогда твой каркас окончательно рухнул. — Чжоу Цзянь помолчал и продолжил: — Поэтому я могу предположить одну из причин, по которой ты не хочешь принимать лекарства. Сейчас ты пытаешься заново выстроить привычный каркас, опираясь на Чэн Цзайе. А препараты, как нечто чужеродное, вызывают у тебя чувство потери контроля над ситуацией.

Цзян Шоуянь слушал как заворожённый, не в силах вымолвить ни слова.

— Ощущая эту потерю контроля, ты начинаешь гипертрофировать свою тревогу. Боишься, что всевозможные побочные эффекты лекарств разрушат твой внутренний порядок, — сказал Чжоу Цзянь. — Но я хочу подчеркнуть: на сегодняшний день, как в нашей стране, так и за рубежом, медикаментозная терапия остаётся методом лечения первой линии.

Чжоу Цзянь сделал паузу и, заметив, что Цзян Шоуянь всё ещё внимательно слушает, продолжил:

— В психиатрии существует определённая градация расстройств: аффективные расстройства (расстройства настроения), биполярное аффективное расстройство, шизофрения. Депрессия и тревожность относятся к первой группе, и эффективность их лечения при своевременном вмешательстве гораздо выше, чем у двух других. По своей сути депрессия — сбой в выработке нейромедиаторов в головном мозге. Поэтому в период обострения необходим приём препаратов, чтобы стимулировать их секрецию и избежать более серьёзных последствий.

Цзян Шоуянь прерывисто произнёс:

— Но сейчас я могу контролировать себя… и не делать ничего плохого.

Чжоу Цзянь возразил:

— Однако у тебя наблюдаются соматические симптомы: сонливость, головные боли, боли в плечах и спине, периодический шум в ушах. Из-за этих симптомов ты чувствуешь себя плохо, они вызывают постоянные перепады настроения, — сказал Чжоу Цзянь. — Ты и сам замечаешь эти качели, верно?

Цзян Шоуянь, опустив голову, мысленно согласился.

— К тому же сейчас похолодало, начался сезон обострения депрессии. Это хроническое заболевание. Некоторым для восстановления достаточно принимать таблетки от трёх до шести месяцев, другим же требуется год, два, а то и больше. Слишком долгий курс лечения заставляет многих сдаться: они бросают пить лекарства, и случается рецидив. Бывает и так: человек, казалось бы, выздоровел, но его внутренний настрой не изменился. Он продолжает мыслить прежними, болезненными, паттернами, из-за чего не может адаптироваться к новой среде, и болезнь возвращается.

У Цзян Шоуяня была воля к жизни, просто он забрёл в собственный тупик и не мог так легко из него выбраться. Поэтому Чжоу Цзянь старался всё объяснить ему максимально доходчиво.

— Мой совет остаётся прежним: медикаменты в сочетании с когнитивной терапией, а также помощь и поддержка семьи. И, конечно, самое главное — посмотреть правде в глаза, принять эту болезнь и ни в коем случае не винить себя.

После этого разговора Цзян Шоуянь заперся в комнате и долго размышлял. Он рассказал Чжоу

Цзяню о побочных эффектах, которые испытывал от таблеток: головокружении, тошноте и прочем… Чжоу Цзянь объяснил, что побочные действия — явление временное. Некоторые из них могут сохраняться от двух недель до месяца. В таком случае можно обратиться к врачу и заменить препарат. Но если уж начал медикаментозное лечение, самовольно прерывать его нельзя. А если и отменять, то только по рекомендации врача, постепенно снижая дозу.

Пока Цзян Шоуянь терзался сомнениями в комнате, Чэн Цзайе мерил шагами коридор за дверью. Спустя какое-то время Цзян Шоуянь услышал тихий шорох — в щель под дверью просунули листок бумаги. Он сидел на полу, прислонившись к стене, и, опустив голову, смотрел, как записка скользит к его ногам. Цзян Шоуянь поднял её и развернул.

Чёрной ручкой на бумаге был нарисован мультяшный щенок с поникшими ушами, который спрашивал: «Что с тобой?» Затем подсунули ещё один листок. На нём был щенок, готовый расплакаться: «Я очень за тебя волнуюсь». Щенок, послушно сидящий на задних лапах: «Можешь поговорить со мной?» Щенок с одним поднятым ухом, а рядом — огромное пустое облачко для текста.

Цзян Шоуянь был готов расплакаться. Уткнувшись подбородком в колени, он снова и снова перебирал в руках записки, а затем поднялся и открыл дверь. Чэн Цзайе, покусывая ручку и нахмурив брови, раздумывал над следующей запиской. Он никак не ожидал, что дверь за его спиной внезапно распахнётся. Потеряв равновесие, он повалился назад, но вовремя успел упереться рукой в дверной косяк.

— Ты вышел, — Чэн Цзайе поднял голову и улыбнулся. Он только хотел подняться, как Цзян Шоуянь схватил его за воротник и, раздвинув ноги, уселся на него сверху, опустившись на колени.

Чэн Цзайе подложил ладони ему под колени и сказал:

— Пол холодный.

— Ничего страшного, — ответил Цзян Шоуянь, убирая его руки. — Я хочу немного посидеть вот так, в обнимку.

Чэн Цзайе, прислонившись спиной к косяку и согнув ноги в коленях, принялся мерно поглаживать его по спине.

— Чжоу Цзянь сказал что-то, что тебя расстроило? — спросил Чэн Цзайе. — Я спрашивал его, но он не ответил. Сказал только, что тебе нужно время на раздумья. Но ты заперся, и я так испугался, — Чэн Цзайе потёрся щекой о висок Цзян Шоуяня. — Давай в следующий раз ты не будешь запирать дверь? Просто напиши мне сообщение, скажи, что хочешь побыть один. Я ни за что не стану тебя беспокоить, только не запирайся, хорошо?

Цзян Шоуянь уткнулся лицом в плечо Чэн Цзайе, чувствуя, как глаза наполняются горячей влагой, и едва слышно угукнул. Спустя долгое время он произнёс:

— Чэн Цзайе… давай завтра сходим в больницу.

http://bllate.org/book/14908/1663134