

# О чем я говорю, когда говорю о беге

**Автор:**

[Харуки Мураками](#)

О чем я говорю, когда говорю о беге

Харуки Мураками

Книга самого знаменитого мастера современной японской литературы, собрание, по его словам, «зарисовок о беге, но никак не секретов здорового образа жизни». С той же фирменной легкостью и недосказанностью, виртуозно балансируя на грани бытового очерка и аллегории, Мураками фиксирует свои размышления о беге, приобретающем в силу ежедневного повторения «некую медитативную сущность». «Искренне писать о беге, – говорит он, – означает искренне писать о самом себе».

Харуки Мураками

О чем я говорю, когда говорю о беге

© А. Кунин, перевод на русский язык, 2016

© ООО «Издательство «Э», 2016

\* \* \*

Харуки Мураками – писатель бегущий

Бег делает нас лучше. Например, Харуки Мураками утверждает, что стал писателем потому, что начал бегать в 33 года. С тех пор он бежит шесть раз в неделю и ежегодно участвует по крайней мере в одном марафоне.

В свою очередь я стал издателем потому, что во время одной из пробежек принял решение перестать быть менеджером и начать свое дело.

Книга, которую вы держите в руках, написана большим мастером, и это значит, что вы найдете оригинальные идеи, подтверждение своим мыслям, сможете лучше разобраться со своей мотивацией и отношениями с бегом.

Если вы еще не бежите, то обязательно начнете. Не забудьте только, начав бегать, задать целью: пробежать определенную дистанцию на конкретном старте. Например, марафон в Греции, который так вкусно описывает Мураками. Правда, он пробежал его не во время официального старта. Но именно это описание привело меня на классический марафон в Греции, стартующий от небольшого города Марафон.

Понятная цель заставит вас выйти на улицу, когда идет дождь, снег или вы очень устали на работе. Вот, я уже агитирую вас. Хотя сам автор никогда никого не убеждает в том, чтобы начать бегать: он считает, что бег, как и ремесло писателя, не для всех. Однако эта книга оказала на массовый бег большее влияние, чем любая другая за последние десять лет.

Как метко подметил Мураками, бег – это индивидуальный спорт. Он позволяет на время отключиться от всех возможных средств коммуникации и побыть наедине с собой. В поездках вы сможете лучше изучить места, в которые вас приведет судьба, встретить единомышленников и получить новые ощущения, которые нельзя купить ни за какие деньги. Через бег вы откроете, нет, создадите нового себя.

Читайте, бегите и становитесь лучше!

Михаил Иванов,

главный редактор издательства «Манн, Иванов и Фербер»,

любитель бега

[www.mann-ivanov-ferber.ru](http://www.mann-ivanov-ferber.ru)

Страдание – личный выбор каждого

Есть такой известный афоризм: «Истинный джентльмен никогда не говорит о женщинах, с которыми расстался, и о налогах, которые заплатил». Понятное дело, что это все вранье. Да и афоризм этот я только что сам придумал. Виноват, простите. Но если бы кто-то такое и изрек, то он наверняка упомянул бы еще одну заповедь истинного джентльмена – не разговаривать на тему собственного здоровья.

Ни для кого не новость, что я истинным джентльменом не являюсь, так что все эти джентльменские штучки меня вроде как не касаются. И тем не менее когда пишешь такую книжку, как эта, поневоле чувствуешь себя не в своей тарелке. Однако – вы только не подумайте, что это хитрая попытка оправдаться, – хоть я и пишу о беге, но никак не о секретах здорового образа жизни. Я не собираюсь нести свет в массы и обращаться к миру с призывами типа «Давайте бегать ежедневно, чтобы быть здоровыми!» Эта книжка всего лишь о том, что представляет собой бег лично для меня. На ее страницах я пытаюсь вдумчиво в этом разобраться: задаю себе вопросы и сам же на них отвечаю. Только и всего.

Сомерсет Моэм писал, что даже в бритве есть своя философия. Каким бы скучным ни было действие, когда повторяешь его изо дня в день, оно приобретает некую медитативную сущность. В этом смысле я полностью разделяю позицию господина Моэма. А значит, если я, будучи писателем, а также и бегуном, решу записать свои скромные размышления о беге, ну и, соответственно, потом их напечатать, то в этом не будет ничего предосудительного.

Так уж я устроен – пока не сяду и не начну записывать свои мысли, ничего толком сформулировать не могу. Поэтому, чтобы разобраться с «только моим бегом», пришлось сесть и написать то, что вы сейчас здесь читаете.

Как-то раз я валялся на кровати в номере одного парижского отеля и читал «Интернэшнл геральд трибюн». Совершенно случайно темой номера оказался марафонский бег. Там было несколько интервью с известными марафонцами, и каждого из бегунов спрашивали, какую мантру он повторяет про себя на дистанции для поддержки боевого духа. Должен сказать, здорово придумано – вопрос что надо! Просто диву даешься, о чем только не думают люди, пока бегут свои сорок два километра. Такой вот жестокий вид спорта, этот самый марафон: без мантры до финиша не дотянешь.

В общем, один из марафонцев сказал, что на дистанции он все время повторяет мантру, которой его научил старший брат (тоже марафонец). «Pain is inevitable. Suffering is optional». Это и есть его мантра. При переводе трудно сохранить все нюансы, но навскидку я бы перевел это так: «Боль неизбежна. Страдание – личный выбор каждого». Поясню на примере. Вот, скажем, вы бежите и думаете: «Тяжело-то как. Все, больше не могу». То, что вам тяжело, – это факт, от него никуда не деться. А вот можете вы больше или не можете, решаете только вы сами. Это, понимаете ли, остается полностью на ваше усмотрение.

Мне кажется, что в этом высказывании очень точно и сжато выражена самая суть спортивного состязания под названием «марафонский бег».

Мысль написать книжку о беге впервые пришла мне в голову лет десять назад. Может, даже еще раньше. Время шло, но я никак не мог заставить себя взяться за дело. Мучился, страдал – прикидывал и так и этак, но все было не то. Ну что за тема такая непонятная – бег? Что об этом можно написать? Собраться с мыслями никак не удавалось.

Но однажды я вдруг подумал: «Надо просто все то, что я чувствую и думаю, с предельной откровенностью и предельной точностью, то есть именно так, как оно у меня есть в голове, попробовать записать на бумагу. Начну с этого. Все равно никакого другого варианта нет». И вот летом 2005 года я неспешно приступил к работе над рукописью и закончил осенью 2006-го. Разумеется, не обошлось без автоцитат, но в целом я просто фиксировал свое «сиюминутное настроение». В какой-то мере искренне писать о беге означает искренне писать и о самом себе. Это я осознал уже в процессе. Так что меня нисколько не смутит, если вы будете читать эту книгу как своего рода мемуарное повествование, в котором все крутится вокруг бега.

Пускай написанное и недотягивает до «философии», зато вы найдете здесь некоторое количество так называемых эмпирических правил. Может, ничего особенного в них и нет, но, во всяком случае, я усвоил урок на бегу, переживая этот бег всем своим существом. Страдания – мой личный выбор – позволили мне кое-что для себя самого уяснить. И хотя это знание вряд ли сгодится для широкого употребления, но, как бы то ни было, именно оно делает меня мною.

Август 2007 г.

## Глава 1

Кто вправе смеяться над Миком Джаггером?

5 августа 2005 г.

Гавайи, остров Кауай

Сегодня 5 августа 2005 года, пятница. Остров Кауай на Гавайях. Северное побережье. Голубизна неба настолько безупречна и бесконечна, что дух захватывает. Ни единого облачка. Ни тени намека на то, что понятие «облако» вообще существует. Я приехал сюда в конце июля. Как всегда, снял однокомнатную квартиру. По утрам, пока прохладно, сижу за столом и работаю. Вот как сейчас, когда пишу эти строки. Свободное сочинение на тему «Что такое бег?». Лето и, понятное дело, жарко.

Гавайи часто называют островами вечного лета, но все-таки это Северное полушарие, так что здесь есть все четыре времени года. Летом (в известной степени) жарче, чем зимой. Но в сравнении с удушливой, пыточной жарой кирпично-бетонного Кембриджа в штате Массачусетс местный уютный климат кажется райским. Я совершенно спокойно обхожусь здесь без кондиционера. Если оставить окно приоткрытым, в него залетает легкий ветерок. Когда в Кембридже я говорил, что собираюсь провести август на Гавайях, все удивленно спрашивали: «Ты что? Кто ж едет туда летом, в такую жару?»

Но они просто не знают, не понимают, каким прохладным бывает гавайское лето благодаря непрерывно дующим с северо-востока пассатам. Они не знают, какое это счастье – почитать книгу в освежающей тени авокадо, а потом, если в голову взбредет, пойти поплавать в океане.

Приехав на Гавайи, я начал бегать. Скоро уже два с половиной месяца с тех пор, как я вернулся к образу жизни, который условно можно назвать «ни дня без бега» (если не считать пропусков по не зависящим от меня причинам). Сегодня утром я вставил в свой плеер мини-диск с двумя альбомами Lovin' Spoonful: «Day-dream» и «Hums of the Lovin' Spoonful»[1 - «Видение» и «Мотивы «Лавин Спунфул» (англ.) – обе пластинки были выпущены в 1966 году. (Здесь и далее прим. переводчика.)] – и под это музыкальное сопровождение бегал ровно семьдесят минут.

На данном этапе я забочусь о километраже – терпеливо накручиваю километры, а скорость меня не особо волнует. Бегу себе молча, преодолеваю расстояние. Если хочется бежать побыстрее, бегу побыстрее. Темп растет, время сокращается. Главное, не расплескать, сохранить до завтрашнего дня то приятное ощущение, которое живет сейчас в моем теле. Точно так же бывает, когда пишешь повесть. Казалось бы, пиши себе, пока пишется, но нет – принимаю волевое решение и останавливаюсь. Зато завтра приятно будет вернуться к работе. Эрнест Хемингуэй, кажется, тоже писал об этом. Хочешь продолжить начатое – не сбивайся с ритма. В долгосрочных проектах это главное. Если ритм задан, то кривая куда-нибудь уж выведет. Но до тех пор, пока маховик не разогнал, не набрал нужную постоянную скорость, надо стараться изо всех сил, чтобы не бросить дело на полпути. И перестараться в данном случае нам не грозит.

На трассе меня застал дождик. Очень даже ничего себе, освежающий. Со стороны моря пришли кучевые облака, повисли над головой, посыпали недолго мелким дождем и с таким видом, будто у них куча срочных дел, уплыли без оглядки. И вот уже снова жарит безудержное солнце. Погода – куда уж проще. Нет в ней ни сложносочиненности, ни подтекста. Никакой тебе метафоричности, не говоря уж о символичности.

В дороге мне встретилось несколько бегунов-любителей. Мужчины, женщины – тех и других примерно поровну. Вот один, энергично отталкиваясь от земли и рассекая воздух, бежит так, словно за ним гонится шайка грабителей. Другой – грузный – пытит как паровоз; судя по опущенным плечам, бежать ему мука

мученическая. Может быть, неделю назад семейный врач проверил его на диабет и посоветовал приналечь на физкультуру. А я, стало быть, болтаюсь где-то посередине.

Музыка Lovin' Spoonful неизменно хороша. И не стремится казаться значительней, чем есть на самом деле. Под ее умиротворяющие звуки я начинаю вспоминать разные истории, случавшиеся со мной в середине 1960-х. По правде сказать, в этих историях нет ничего особенного. И если бы обо мне снимали документальный фильм (как подумаю, страшно становится), то их все до единой вырезали бы при монтаже, приговаривая: «Ну, уж без этого-то вполне можно обойтись. Оно не то чтобы плохо... просто слишком банально». Да-да. Все они именно такие – незначительные и банальные. Но для меня это очень ценные, наполненные смыслом воспоминания. Вспоминая то да се, я незаметно для себя самого то улыбнусь, то нахмурюсь. Вот он я – конечный результат нагромождения всех этих банальностей. Вот он я, здесь. На северном побережье острова Кауай.

Иногда, когда я задумываюсь о жизни, мне начинает казаться, что я всего-навсего сплавное бревно, прибитое к берегу. Пассат, дующий со стороны маяка, шумит в эвкалиптовых верхушках.

С тех пор как в мае этого года я поселился в Кембридже, штат Массачусетс, бег вновь стал одной из опорных колонн моего повседневного существования. Бегал я добросовестно. Когда я говорю «добросовестно», в численном эквиваленте речь идет о шестидесяти километрах в неделю. Если в неделе шесть дней, значит, каждый день надо делать десять километров. Вообще-то дней в неделе, конечно же, семь, и было бы неплохо бегать действительно каждый день. Но бывают дни дождливые, а бывают и такие, когда кроме как на работу времени ни на что не хватает. Ну, или устану так, что бегать уже не хочется. Поэтому один день – «выходной» – я заранее списал со счетов. Шестидесять километров в неделю – то есть около двухсот шестидесяти в месяц. Это число является для меня неким «показателем добросовестности».

За июнь, как и рассчитывал, я пробежал свои 260 километров. В июле – сыграл на повышение и пробежал за месяц 310 километров. По «десятке» ежедневно без всяких выходных. Ну разумеется, я не бегал каждый день ровно по десять километров. Бывало и так, что в один день я пробежал пятнадцать, а на следующий – всего только пять. Но в среднем в день выходило десять – по времени примерно час, если бегать трусцой. Такой подход к бегу я называю

«серьезным». И так, на Гавайях я решил придерживаться своей дневной десятикилометровой нормы. Давненько я уже не бегал с таким упорством и на такие расстояния.

Пережить лето в Новой Англии гораздо труднее, чем может показаться человеку, который никогда не пытался этого сделать. Иногда здесь тоже выдаются ясные и прохладные дни, но большую часть времени стоит пренеприятнейшая, нестерпимая жара. Когда дует ветер, еще куда ни шло. Но если ветра нет, то влажная дымка, наплывающая с океана, липнет к телу мокрой тряпкой. Часовой пробежки вдоль реки Чарльз достаточно, чтобы одежда насквозь промокла от пота, будто на меня вылили по меньшей мере ведро воды. Солнце нещадно жжет кожу. Я бегу, совсем обалдевший, в голове – ни одной связной мысли. Но когда эта невероятная пробежка закончена, меня, выжатого как лимон, заполняет изнутри какое-то отчаянное чувство свежести.

На каком-то этапе я оставил «добросовестные» занятия бегом, и на то было несколько причин. Во-первых, жизнь стала такой насыщенной и у меня появилось столько неотложных дел, что на бег просто-напросто не осталось времени. Не скажу, чтобы у меня было так уж много свободного времени в молодости, но, по крайней мере, я не помню, чтобы настолько был завален делами. Почему-то жизнь устроена так, что с годами дел только прибавляется.

Во-вторых, я начал интересоваться триатлоном и как-то охладел к марафону. Как вы знаете, триатлон кроме бега включает плавание и велосипедную гонку. С бегом у меня проблем не возникло, потому что я и так был бегуном, но для того, чтобы справиться с двумя другими этапами, пришлось много тренироваться. Я с нуля переучился плаванию, освоил технику езды на гоночном велосипеде, укрепил нужные мышцы. На все это у меня ушло немало сил и времени. Соответственно, на бег его уже не хватило.

Впрочем, вполне вероятно, что настоящая причина заключалась в том, что мне попросту надоело бегать. Я начал заниматься бегом осенью 1982 года и продолжал бегать в течение последующих двадцати трех лет. Я бегал трусцой практически каждый день, как минимум раз в году участвовал в марафоне (то есть на моем счету двадцать три марафона), а точное количество забегов на длинные и короткие дистанции в Японии и за рубежом, в которых я принял участие, уже и не сосчитать. Бег на длинные дистанции всегда отлично сочетался с моим характером. Мне просто нравилось бежать. Среди множества

привычек, которые я приобрел за свою жизнь, бег оказался едва ли не самым полезным и, во всяком случае, особо ценным для меня умением. Думаю, что за те двадцать с лишним лет, что я бегал без перерыва, мое тело и дух здорово окрепли.

Я не очень-то предрасположен к командным видам спорта. Хорошо ли, плохо ли, но это у меня врожденное. В тех редких случаях (школьные годы не в счет), когда я играю в футбол или бейсбол, я всегда чувствую легкий дискомфорт. Может быть, это из-за того, что у меня нет братьев и сестер? Как бы то ни было, но если вокруг носятся посторонние люди, мне всегда немного не по себе. В играх один на один, типа тенниса, я тоже не слишком преуспел. Вот сквош я, положим, люблю, но когда приходится играть против другого игрока, то – неважно, выиграл я или проиграл – почему-то потом очень долго не могу успокоиться. Короче, всякого рода состязания – это не для меня.

Не то чтобы я совсем не понимал тех, кто ненавидит проигрывать. Но сам-то я уже давно заметил, что мне, в общем-то, наплевать, кто выигрывает, а кто проиграет. Таким я был в детстве, таким же остался, когда повзрослел, и вряд ли уже изменюсь. Победа меня ждет или поражение – это совершенно неважно. Гораздо важнее соответствовать своим собственным, мною же установленным стандартам. И в этом смысле бег на длинные дистанции – идеальный вид спорта.

Попробуйте как-нибудь поучаствовать в марафоне, и вы сразу поймете, что не очень-то это и важно, кто бежит быстрее вас, а кто медленней, ведь вы не соревнуетесь с кем-то конкретным. Нет, ну, разумеется, если вы стали мировой величиной и боретесь за звание чемпиона, то это другое дело. Тогда заткнуть за пояс соперника – ваша основная задача. Но для обычных бегунов ни личная победа, ни личное поражение не являются проблемами первостепенной важности. Не спорю, может, кто-нибудь и бегаёт для того, чтобы «утереть нос тому парню» – неплохой стимул для тех, кому трудно заставить себя тренироваться. Но представьте себе, что «тот парень» по какой-то причине не смог участвовать в забеге. И что тогда? Тогда смысл бежать полностью (ну, или на половину) теряется. Бегун с таким подходом, скажу я вам, долго не протянет.

Большинство бегунов выходят на дистанцию, уже заранее зная, сколько примерно времени им понадобится, чтобы ее пробежать. Удалось уложиться в те рамки, которые они сами себе установили, – и хорошо! Они чувствуют, что чего-

то достигли. А не удалось – тогда получается, что они чего-то не достигли. А бывает и так, что пробежал медленнее, чем думал, но зато выложился на полную катушку и чувствуешь от этого какое-то удовлетворение, то есть позитивно реагируешь. Ну а если вдобавок во время бега на тебя снизошло что-то вроде озарения, то это тоже смело можно считать достижением. Другими словами, важно, чтобы, пробежав дистанцию, бегун чувствовал гордость (или что-то вроде гордости) за себя самого. Это определяющий момент.

То же самое могу сказать и про свою работу. В работе писателя – по крайней мере, в моем представлении о ней – победа, равно как и поражение, это дело десятое. Тиражи, литературные премии, хвалебные или ругательные рецензии можно воспринимать как своего рода показатели, но не в них суть. Мне гораздо важнее, соответствует ли то, что я написал, моим собственным, внутренним стандартам или нет. И тут никакие оправдания не действуют. Перед другими оправдаться не так уж сложно, но себя-то не обманешь. И в этом смысле писательский труд похож на марафонский бег. Грубо говоря, потребность писать – пусть и не всегда явная – живет в тебе самом, а значит, соответствовать критериям внешнего мира вовсе не обязательно.

Бег не только полезен для здоровья, для меня он стал еще и некой действенной метафорой. Бегая изо дня в день, дистанцию за дистанцией, поднимая планку все выше и выше и раз за разом ее преодолевая, я и сам поднимался вверх. Ну, или, во всяком случае, старался подняться на более высокий духовный уровень, ежедневно работая над собой, не жалея сил.

Великим бегуном я никогда не был и не буду. Уровень у меня средненький, чтобы не сказать посредственный. Но это не имеет никакого значения. Для меня гораздо важнее знать, что сегодня я пусть не на много, а все-таки превзошел себя вчерашнего. Ведь если в беге на длинные дистанции мы кого-то и должны победить, так это прежних самих себя.

Но когда мне перевалило за сорок пять, эта система самоутверждения начала давать сбои. Иными словами, улучшить результат уже не удастся. Что, по правде говоря, неудивительно, если учитывать мой возраст. Каждый из нас в определенный момент жизни минует пик своих физических возможностей. Конечно, все очень индивидуально, но в общем и целом пловцы сдают к двадцати пяти, боксеры – к тридцати, а бейсболисты пересекают этот невидимый водораздел около тридцати пяти. Это неизбежно, и ничего тут

не подделаешь. Я как-то раз спросил у одного окулиста: «А правда, что нет таких людей, у которых бы с возрастом не развивалась дальность зрения?» Он рассмеялся, как будто услышал что-то очень смешное, и ответил, что до сегодняшнего дня ему такие люди не попадались. Вот и здесь то же самое. (К счастью, в области искусства ситуация не такая однозначная. Вот, например, Достоевский написал «Бесов» и «Братьев Карамазовых» – два самых значительных своих произведения – лишь за несколько лет до смерти, а умер он в шестьдесят. Композитор Доменико Скарлатти известен тем, что сочинил 555 сонат для клавишных инструментов, притом большую часть – в возрасте между пятьюдесятью семью и шестьюдесятью двумя годами.)

Если говорить обо мне как о бегуне, то в моем случае пик пришелся на сорок пять лет. До этого я мог пробежать марафон плюс-минус за три с половиной часа (минус – редко, чаще плюс). То есть километр – за пять минут, милю – за восемь. Три с половиной часов вполне хватало, чтобы без особого напряжения закончить дистанцию. Так что при показателе в три часа сорок минут я уже чувствовал легкое недовольство самим собой. Да, я не всегда успевал потренироваться, а иногда бывал не в лучшей форме – но мысль о том, что можно не успеть пробежать марафон за четыре часа, никогда не приходила мне в голову. Этот период, назовем его периодом стабильности, продолжался довольно долго. А потом ситуация изменилась. Хотя я тренировался не меньше, чем раньше, теперь мне не удавалось уложиться в три часа сорок минут. На километр в среднем уходило уже пять минут сорок секунд, так что на всю дистанцию мне едва хватало четырех часов. Я был в шоке. Думать о том, что это связано с возрастом, не хотелось. В конце концов, в моей обычной повседневной жизни никаких признаков того, что я сдаю физически, не было. Однако отрицать и игнорировать очевидное становилось все сложнее – раз за разом мои результаты ухудшались.

Возможно, в какой-то мере из-за неудовлетворительных показателей я в конечном итоге и потерял вкус к марафону и начал всерьез рассматривать варианты смены профиля. Я увлекся бегом на длинные дистанции, потом триатлоном, потом сквошем и т. д. «Если заниматься только бегом, еще чего доброго фигуру испорчу, – решил я. – Надо подойти к вопросу своего физического совершенствования как-то более комплексно, что ли».

Я начал заниматься плаванием с личным тренером, и это возымело результат. Теперь я плавал гораздо быстрее и с гораздо большим удовольствием, чем раньше. Мышцы быстро приспособились к новым условиям, заметно

изменилась и фигура. С другой стороны, мои результаты в марафоне отнюдь не улучшились, а только продолжали ухудшаться – медленно, но верно. Бег больше не казался мне таким уж приятным занятием. В наших отношениях наступил период вынужденной апатии. Усилия мои ничем не вознаграждались, и это разочаровывало. Вдобавок ко всему меня не покидало чувство «внутренней блокады»: как если бы в один прекрасный день всегда распахнутая дверь вдруг оказалась закрытой наглухо. Короче, это психологическое явление я назвал «меланхолия бегуна». О характерных особенностях этой меланхолии я расскажу чуть позже.

И вот, после десятилетнего перерыва снова оказавшись в Кембридже (где во времена президентства Билла Клинтона я провел два года – с 1993 по 1995-й), я посмотрел на полноводную реку Чарльз и вдруг ощутил непреодолимое желание побежать. Вообще, реки, если только с ними не происходит каких-то невероятных изменений, всегда кажутся одинаковыми. И река Чарльз тоже показалась мне совсем такой же, как и раньше. Шли месяцы и годы, поколения студентов сменяли друг друга, я постарел на десять лет, так что воды в буквальном смысле слова утекло немало. Но, несмотря на все это, река ни капельки не изменилась – какая была, такая и осталась. Все так же бесшумно она несла свои воды к Бостонской бухте. Насыщая влагой берега, возвращая летние травы, питая водоплавающих птиц, укрываясь в тени старых каменных мостов, летом отражая плывущие по небу облака, а зимой уходя под лед, река, исполненная спокойной решимости, молча устремлялась к океану.

Разобрав багаж, оформив все необходимые бумаги и временно опять обосновавшись в Кембридже, я принялся бегать с былым энтузиазмом. Вдыхая бодрящий воздух раннего утра, я чувствовал, как просыпается во мне радость от того, что вот я здесь и бегу по этим знакомым местам. Звук шагов, дыхание, биение сердца складывались в неповторимый полифонический ритм.

Река Чарльз – маленькая мекка для местных любителей регаты. Здесь всегда полно людей, которые гребут куда-то на своих лодочках. Я бегу с ними наперегонки, и, разумеется, они почти всегда оказываются быстрее. А бывает, попадется какая-нибудь задумчивая лодочка, и тогда поединок удастся на славу!

Может быть, из-за того, что именно здесь проводится Бостонский марафон, в Кембридже так много бегунов. Вдоль берега реки тянется многокилометровая

беговая дорожка, по которой, если уж вам того захотелось, можно бежать куда угодно и сколько угодно. Правда, этой дорожкой пользуются и велосипедисты. Поэтому надо быть все время начеку, чтобы успеть увернуться от предательски – со спины – настигающего вас велосипеда. В некоторых местах асфальт потрескался, так что по возможности не забывайте смотреть под ноги, чтобы не споткнуться об одну из таких трещин и не упасть. Иногда подолгу приходится ждать зеленого сигнала светофора – это, разумеется, тоже расхолаживает. Но если научиться не обращать на эти досадные мелочи внимания, то пробежка получается очень даже приятной.

Во время бега я чаще всего слушаю рок. Изредка – джаз. Но если исходить из того, что ритм музыки должен сочетаться с ритмом бега, то самый подходящий аккомпанемент – это все-таки рок. Будь то Red Hot Chili Peppers, Gorillaz, Джефф Бек, Creedence, Beach Boys или тому подобная старая музыка. Ритм должен быть как можно проще. Теперь многие бегают с айподами, а мне милее мой старенький MD-плеер. По сравнению с айподом он кажется мастодонтом, да и музыки в нем помещается гораздо меньше, но меня он вполне устраивает. Я по-прежнему считаю, что музыку нельзя сочетать с компьютером. Точно так же, как нельзя сочетать друзей и работу с сексом.

Я уже говорил, что пробежал за июль 310 километров. С учетом двухдневной поездки по делам, пары дождливых и пары отупляюще жарких дней, 310 километров – это неплохо. Очень даже неплохо! Если 260 километров за месяц – это «добросовестно», то 310 километров – это уже «серьезно».

Стоило мне увеличить пробег, как я сразу же похудел. За два с половиной месяца скинул семь фунтов – жирок, которым начал было обрастать живот, бесследно исчез. Семь фунтов – это чуть больше трех килограммов. Представьте себе, как вы отправляетесь в мясную лавку, покупаете там три килограмма мяса и идете домой пешком, неся это мясо в руках. Представили? А тяжесть почувствовали? Мысль о том, что я жил, таская на себе эту тяжесть, заставляет меня испытывать сложные чувства. Жизнь в Бостоне не лишена своих прелестей, таких, например, как разливное пиво («Летний эль Сэмюэля Адамса») и пончики («Данкин Донатс»), но, несмотря на это, упорные и ежедневные занятия спортом принесли свои плоды. И это приятно.

Когда человек вроде меня, то есть на пороге старости, пишет такого рода вещи, это, должно быть, выглядит довольно глупо. Но просто, чтобы всем было ясно,

поясню: я отношусь к типу людей, которые любят и ценят уединение. Я люблю быть один. Или вернее так: быть одному мне совсем не трудно. И если я сначала пару часов бегаю в одиночестве и ни с кем не разговариваю, а потом еще часов пять сижу, опять-таки один, за своим письменным столом и работаю – то я не начинаю напрягаться и лезть на стены от тоски. Склонность к уединению проявилась у меня в сравнительно раннем возрасте. Любимым совместным занятиям я предпочитал чтение в тишине или погружение в музыку – и никогда не скучал.

Но так как женился я тоже сравнительно рано (в двадцать два года), то я постепенно привык жить не один. Окончив университет, я некоторое время держал бар и тогда в полной мере осознал, насколько важно уметь общаться с людьми. Я на своем опыте убедился в том, что человеку нельзя жить совсем одному. Банальная истина, не спору.

В результате мне удалось пусть несколько кривовато, но все-таки социализоваться. Теперь, оглядываясь назад, я понимаю, что за десять лет жизни – с двадцати до тридцати – мой взгляд на жизнь здорово изменился. Изменился и я сам – повзрослел, не в смысле возраста, что понятно, а скорее как личность. Я набил немало шишек, пока приобретал опыт и обучался искусству держаться на плаву. Но если бы со мной не случилось этого непростого десятилетия, боюсь, я не стал бы писателем – даже если бы захотел, все равно бы не смог.

Впрочем, люди хоть и меняются, но не так уж разительно. По крайней мере, моя любовь к уединению никуда не делась. Именно поэтому мне совершенно необходимы эти час-полтора ежедневного бега: я могу помолчать и побыть наедине с самим собой – то есть соблюсти одно из важнейших правил психической гигиены. Когда бежишь, можно ни с кем не разговаривать и никого не слушать. Единственная обязанность – смотреть по сторонам на движущийся пейзаж. Эти полтора часа – самая важная часть моего дня.

Меня часто спрашивают, о чем я думаю во время бега. Обычно этот вопрос задают люди, которые сами никогда не бегали на большие расстояния, и он неизменно повергает меня в глубокие раздумья. И правда, о чем же я думаю, пока бегу? Честно говоря, я толком не помню о чем. И вспомнить не получается.

Точно могу сказать только одно: в холодные дни я нет-нет да и подумаю о холоде. А в жаркие – нет-нет да и подумаю о жаре. Если мне грустно, могу

поразмышлять о грусти, а если радостно – то о радости. Как я уже писал, иногда, без всякой на то причины, я вдруг вспоминаю какой-нибудь эпизод из прошлого. Бывает (хотя это действительно случается крайне редко), что мне приходит в голову какая-нибудь мысль, которую потом можно использовать в романе. А так я ни о чем конкретном не думаю, бегу себе и бегу.

В принципе, когда я бегу, вокруг меня образуется некая пустота. Можно сказать, что я и бегаю-то для того, чтобы оказаться в этой самой пустоте. Хотя она все равно негерметична – в ней витают кой-какие мысли вроде вот этой, и я время от времени на них натыкаюсь. Что, в общем-то, естественно. Человеческая душа не терпит пустоты. Мы для этого недостаточно сильны, недостаточно последовательны. Впрочем, я подозреваю, что мысли (мыслеобразы), посещающие меня во время бега, по сути, всего лишь порождения этой самой пустоты – полые по своей природе, не нагруженные особым содержанием.

Их можно сравнить с облаками, плывущими по небу и то и дело меняющими свою форму. А небо всегда одно и то же. Облака – лишь мимолетные гости. Они пролетают мимо и исчезают. И остается только небо. Оно существует, но в то же время не существует. Оно обладает субстанцией, но в то же время и лишено ее. И нам остается лишь, не дрогнув, принять как должное факт существования этой непостижимой необъятности.

Сейчас мне сильно за пятьдесят. В молодости я даже представить себе не мог, что когда-нибудь наступит XXI век и что мне – я не шучу – стукнет пятьдесят. Я, конечно, понимал, что если ничего ужасного не произойдет, то теоретически и первое, и второе вполне вероятно, но попроси меня кто-нибудь вообразить, каким я буду в пятьдесят лет, мне это было бы сделать не проще, чем вообразить загробный мир.

Молодой Мик Джаггер однажды заявил, что скорее умрет, чем согласится все так же исполнять свой хит «Satisfaction» в сорок пять лет. Теперь ему шестьдесят с лишним, и ничего – исполняет. Может, кому-то это и кажется смешным, но не мне. Когда Мик Джаггер был молод, он просто не мог представить себя самого в сорок пять. И я был в молодости точно таким же. Разве я вправе смеяться над Миком Джаггером? Разумеется, нет. Просто так получилось, что в молодости я не был рок-звездой, поэтому никто уже не помнит, что за чушь я тогда порол, и не станет мне ее припоминать. Вот и вся разница.

А теперь – вот он я, живу в этом невообразимом мире. Это просто уму непостижимо. Я даже не могу сказать, повезло мне или нет. Наверное, это неважно. Для меня, как, в общем-то, и для всех остальных, жизнь – это первый и единственный опыт старения, и, следовательно, все, что я чувствую в связи с этим, я чувствую впервые. Если бы нечто подобное со мной уже было, я бы мог лучше и правильнее понять, что, собственно, происходит. Но, повторяюсь, и я сам, и этот мир – для меня впервые. Так что понять все это совсем непросто. На данном этапе правильней всего воздержаться от однозначных суждений о той или иной стороне этого процесса, отложить их на потом и просто жить, принимая все таким, какое оно есть, не раскладывая на составляющие. Точно так же, как мы безоговорочно принимаем небо, облака и реку. Сдается мне, что этот, как ни крути, диковинный мир все-таки чего-то да стоит.

Как я уже писал, я не люблю соревнований – ни в повседневной жизни, ни в профессиональной сфере. Это не моя стихия. Извините за банальность, но в мире очень много людей, и все они разные. Каждый из нас ориентируется на свои собственные ценности, и я не исключение. Несовпадение ориентиров может привести к разногласиям, которые, в свою очередь, могут явиться причиной тотального взаимонепонимания. В результате имеем несправедливую критику. Стоит ли говорить, что когда тебя не понимают да еще и несправедливо критикуют – ничего приятного в этом нет. Более того, это может очень сильно задеть и даже ранить.

Чем старше я становился, тем больше убеждался, что такого рода горький жизненный опыт нам необходим. Ведь если вдуматься, только благодаря этим различиям каждый из нас формируется как личность и может сохранить свою независимость. Взять, к примеру, меня, человека пишущего. Благодаря способности замечать в пейзаже то, чего не замечают другие, ощущать происходящее иначе, чем они, и описывать все это своими словами, я пишу так, как могу писать только я. А потом происходит что-то необъяснимое: то, что я написал, вдруг начинает читать, прямо скажем, немаленькое количество людей. Значит, то, что я – это именно я, а не кто-то другой, для меня чрезвычайно важно. Это мой капитал. Душевная боль – вот та цена, которую мы платим за свою независимость.

Это принципиальная позиция, и я действовал и действую соответственно. Какая-то часть меня невольно жаждет одиночества. Да и вообще, для людей моей

профессии (хотя, конечно, и тут все бывает очень по-разному) одиночество – это неизбежность. Однако это чувство полной изолированности, как выплеснувшаяся из бутылки кислота, может разъесть ваше сердце, растворить его до полного исчезновения. Словно обоюдоострый меч, одиночество защищает вас, но в то же время незаметно ранит изнутри. Я чувствую эту опасность – прежде всего благодаря своему жизненному опыту – и должен изжить ее через постоянное движение. Иногда для того, чтобы умерить вредное воздействие внутреннего одиночества, приходится перешагивать через себя в попытке увидеть более широкий жизненный контекст, но это происходит не сознательно, а инстинктивно.

Постараюсь объяснить конкретней.

Если меня несправедливо (по крайней мере, с моей точки зрения) критикуют или если кто-то, кто должен был меня понять, почему-то меня не понял, тогда я бегаю немного дольше, чем обычно. То есть благодаря добавочному бегу я как бы избавляюсь от добавочного недовольства. К тому же бег помогает мне понять, насколько все-таки я слабое и ограниченное существо. Я воспринимаю это на самом низшем, физиологическом уровне. А еще чем больше я бегаю, тем я становлюсь выносливее. Если я злюсь, я направляю эту злость против себя. Если я в чем-то раскаиваюсь, я использую эту возможность, чтобы стать лучше. Я всегда старался жить именно так. Я незаметно впитываю в себя все, что в состоянии впитать, а потом, стараясь изменить до неузнаваемости, ввожу это в сюжет повести или романа.

Думаю, что большинству людей моя персона несимпатична. Пожалуй, на многих – и, вероятно, даже на очень многих – я произвожу сильное впечатление, но нравлюсь я очень мало кому. Да и кому понравится (или будет симпатичен) бескомпромиссный тип, который, как только у него появляются проблемы, прячется в шкаф? И вообще, возможно ли такое, чтобы профессиональный писатель нравился окружающим как человек?

Отвечаю не задумываясь: откуда мне знать? Допускаю, что где-нибудь в мире и возможно. Трудно сказать наверняка. Во всяком случае (все-таки я пишу уже много лет), я что-то не могу представить, чтобы кто-нибудь испытывал ко мне обычную симпатию. Ситуация, в которой меня кто-то не любит, презирает или даже ненавидит, кажется мне гораздо более вероятной. Только не подумайте, что при этом я буду чувствовать себя хорошо. С чего бы это мне радоваться, если кто-то меня ненавидит?

Впрочем, это уже совсем другая история. Давайте вернемся к разговору о беге. Так вот, я снова начал бегать. Сначала бегал «добросовестно», а теперь бегаю «серьезно». В чем здесь смысл конкретно для меня, в мои пятьдесят с гаком, я еще и сам до конца не разобрался. Но смысл определенно есть. Может, не такой уж глубокий, но вполне себе ничего. Как бы то ни было, я старательно бегаю. А размышлять над тем, что все это означает, буду когда-нибудь потом. (За долгие годы я здорово поднаторел в таких вот отложенных на потом размышлениях.) Я натягиваю кроссовки, намазываю кремом от загара лицо и шею, выставляю на часах точное время – и в путь! Пассаты дуют мне прямо в лицо, я смотрю на белых цапель, которые пролетают, поджав свои замечательные ноги, в небе над моей головой, а в ушах звучит старый добрый Lovin' Spoonful.

«С тем, что мои результаты не улучшаются, а становятся все хуже и хуже, все равно ничего не поделаешь», – вдруг подумал я на бегу. Я старею, время, как говорится, берет свое. Никто не виноват – таковы правила игры. Старение – это такой же закон природы, как и то, что реки впадают в море. И с ним надо смириться. Допустим, что это не такой уж приятный процесс. Допустим, что тут особо нечему радоваться. Но разве у меня есть выбор? Так или иначе, я получал и получаю удовольствие от жизни, хотя и не могу сказать, что получил его в полной мере.

Я вовсе не хвастаюсь – да и кому придет в голову хвастаться такими вещами, – но я умом не блещу. Я из тех, кому надо пережить, прикоснуться для того, чтобы понять. О чем бы ни шла речь – пока я не увижу это собственными глазами, все равно не поверю. Я физиологичен, а не интеллектуален. Нет, я, конечно, обладаю неким интеллектом, ну, или, по крайней мере, думаю, что обладаю. Потому что если бы интеллект у меня напрочь отсутствовал, я бы вряд ли смог сочинять рассказы и повести. Я не привык руководствоваться логическими умопостроениями и не считаю сомнительные интеллектуальные спекуляции достойным источником энергии. Только под воздействием серьезной физической нагрузки, когда мускулы мои ноют (а иногда вопиют), мой мыслительный аппарат вдруг начинает работать на полную катушку, и тогда я словно прозреваю. Нужно ли говорить, что на то, чтобы пройти этот путь шаг за шагом и прийти к какому-то выводу, требуется уйма времени и усилий?

## Как стать бегаящим писателем

14 августа 2005 г.

Гавайи, остров Кауай

Сегодня четырнадцатое августа, воскресенье. Утренняя пробежка – час пятнадцать. Я бежал и слушал на своем MD-плеере Карлу Томас и Отиса Реддинга. Во второй половине дня я отправился в спортзал и в тамошнем бассейне проплыл 1300 метров. Вечером поужинал рыбой с пивом в ресторане «Ханалейский дельфин», прямо на въезде в местечко Ханалей. Я заказал валу – это такая белая рыба, ее жарят прямо на углях. Я обычно приправляю ее соевым соусом. К рыбе подали овощные кебабы и гигантский салат.

За первые две недели августа я пробежал ровно 150 километров.

Бегать ежедневно я начал сто лет назад, осенью 1982 года. Тогда мне было тридцать три года. До этого я держал что-то вроде джазового клуба неподалеку от станции Сэндагая. Сразу после окончания университета – точнее, все еще числясь студентом, так как во время учебы я уйму времени тратил на всякие подработки и у меня остались хвосты – я открыл небольшой клуб у южного входа станции Кокубундзи. Года через три здание, в котором был клуб, поставили на капитальный ремонт, и мы переехали на новое место, ближе к центру Токио. Заведение было не большое, но и не маленькое. В углу стоял рояль, рядом при желании – хоть и с большим трудом – умещался квинтет. Днем мы подавали кофе, вечером начинал работать бар. Была у нас в меню и кой-какая закуска, а по выходным в клубе играла живая музыка. Тогда джазовые клубы вроде нашего были редкостью, поток клиентов не иссякал, дела шли довольно сносно.

Большинство моих знакомых поначалу думали, что ничего из этой затеи не выйдет – мол, и деловой хватки у меня нет, и бизнес мой не бизнес, а так, клуб по интересам. Но они здорово ошиблись в прогнозах. Сказать по правде, я тоже не считал себя гением предпринимательства, но при этом мне было предельно ясно, что, если я не справлюсь, нам крышка. Вот и старался, выкладывался изо всех сил. Усердие и физическая выносливость – две вещи, на которых я выезжал. И тогда, и сейчас. Родись я лошадью, был бы скорее

рабочей, чем скаковой. Но я родился не лошадьё, а сыном простого служащего и плохо понимал, как нужно вести бизнес. К счастью, моя жена из семьи предпринимателей, и ее врожденная интуиция не раз нас выручала. Ведь как бы усердно ни пахала рабочая лошадка, без пахаря ей все равно не справиться.

А работа действительно была тяжелая. Я трудился с утра до позднего вечера, пока буквально с ног не валился от усталости. Случались самые разные неприятности, хватало и забот, и разочарований. Но я вкалывал как бешеный, и дело начало приносить прибыль, что позволило мне нанять кое-какой персонал. Ближе к тридцати я смог наконец перевести дух. Для того чтобы открыть свой бар, я назанимал у всех подряд кучу денег и теперь, когда расплатился практически по всем долгам, почувствовал, что наступило время подвести некий итог. До этого я барахтался в воде, как утопающий, – пытался выжить, удержаться на плаву. У меня и времени-то не было, чтобы думать еще о чем-то. А тут во мне вдруг родилась уверенность, что раз уж я сумел преодолеть еще один пролет этой крутой лестницы, то никакие будущие перипетии мне не страшны – уж как-нибудь справлюсь. Я глубоко вздохнул, окинул прощальным взглядом пройденный путь, осмотрелся и стал думать о том, куда двигаться дальше. Мой тридцатилетний юбилей был не за горами. Я вступал в тот возраст, к которому слово «молодость» уже не относится. И вот тут-то – для меня самого, между прочим, это тоже явилось полной неожиданностью – я вдруг задумал написать повесть.

Я даже помню, когда и где именно это произошло: 1 апреля 1978 года, примерно в час тридцать пополудни, на стадионе Дзингу. В тот день я, в одиночестве попивая пиво, наблюдал за игрой, устроившись на наиболее удаленной от домашней базы части поля, в аутфилде. От моего дома до стадиона Дзингу было рукой подать, к тому же я тогда активно болел за «Якультских ласточек». Был погожий весенний день. На небе ни облачка. Дул теплый ветерок. В те времена в аутфилде не ставили скамеек – это был просто откос, покрытый травкой. Я валялся на траве, поглядывая в небо, пил пиво и с ленивым удовольствием следил за игрой. Обычно на играх «Ласточек» зрителей бывало негусто, вот и тогда на стадионе собралось совсем немного народа. Это был первый матч сезона. «Ласточки» принимали на своем поле «Хиросимских карпов». Питчером у «Ласточек» был Ясуда – невысокий, коренастый, он подавал отличные крученые мячи. В первом иннинге, пока была подача «Ласточек», он не дал команде соперника заработать ни одного очка. Потом «Ласточки» играли в нападении. Первым бьющим у них был Дэйв Хилтон, молодой американский игрок. Раздался характерный звук удара битой по мячу – он отбил в левую часть поля. По стадиону прокатилось гулкое эхо. Хилтон в одну секунду

пробежал первую базу и оказался на второй. И в этот самый момент меня осенило: «Все ясно! Начинаю писать повесть!» Я до сих пор помню огромное ясное небо, мягкость и свежесть травы, вдохновляющий звук удара. Будто что-то снизошло на меня с небес в ту секунду, и я с благодарностью это что-то принял.

Я, в общем-то, не претендовал на то, чтобы стать писателем. Мне просто очень захотелось написать повесть. У меня не было четкого представления, о чем именно писать, но я чувствовал, что если начну сейчас, то может получиться что-то стоящее, что-то свое. Я представил себе, как возвращаюсь со стадиона домой и сажусь за письменный стол. И тут понял, что у меня даже нет приличной перьевой ручки. Поэтому я отправился на Синдзюку в магазин «Кинокуния» и купил там, в отделе канцтоваров, упаковку писчей бумаги и перьевую ручку «Сейлор» за тысячу иен[2 - Около 10 долларов США.]. Такое вот скромное капиталовложение.

Это было весной, а осенью того же года я закончил свою первую вещь (около двухсот страниц рукописного текста) – восхитительное чувство. Я понятия не имел, что делать с рукописью, и под влиянием момента взял и отправил ее в литературный журнал на конкурс начинающих авторов. Судя по тому, что я даже не снял копии, дальнейшая судьба произведения не особо меня волновала. Немногом позже повесть была опубликована под названием «Слушай песню ветра». Но, по правде говоря, вопрос о том, выйдет или не выйдет книжка в свет, интересовал меня гораздо меньше, чем процесс ее написания.

В ту осень вечные неудачницы, мои любимые «Ласточки», неожиданно для всех сначала попали в центральную лигу, а потом стали чемпионами Японии, обыграв «Смельчаков Ханькю». Я был в диком восторге и даже сходил на несколько матчей чемпионата, проходивших на стадионе Коракуэн («Ласточки», которые и сами не предполагали, что выиграют, уже договорились с университетской бейсбольной лигой и уступили свою площадку – стадион Дзингу – студентам).

Я отлично помню то время. Осень была чудесной и солнечной. Небо – высоким и чистым. Деревья гинкго у картинной галереи сияли золотом, никогда прежде я не видел их такими золотыми. Это была последняя осень моего третьего десятилетия.

Когда следующей весной мне позвонил редактор журнала «Гундзо» и сообщил, что моя повесть попала в шорт-лист, я не сразу понял, о чем речь. Я уже успел забыть, что посылал рукопись на конкурс. Но в результате я стал лауреатом премии, а летом мою повесть опубликовали. Надо сказать, книжку приняли хорошо. Таким образом, в тридцать лет, сам толком не понимая, что вообще произошло, я оказался в рядах «молодых и многообещающих» писателей. Я и сам-то удивился, но удивлению моих знакомых просто не было предела.

После этого параллельно с работой в баре я написал еще одну повесть – «Пинбол-1973» – и несколько рассказов. Попутно перевел пару коротких вещей Фрэнсиса Скотта Фицджеральда. Обе мои повести («Слушай песню ветра» и «Пинбол») были выдвинуты на премию Акутагавы. Говорили, что у них хороший шанс на победу, однако прогнозы не оправдались. Честно говоря, я и сам не знал, хотел ли я эту премию. Ведь стань я лауреатом, меня бы затаскали по интервью и завалили бы заказами, а на тот момент я боялся, что это помешает мне держать джазовый клуб.

Вот так я и жил: вел счета, проводил переучеты, составлял график работы персонала и, кроме того, каждый день стоял за стойкой бара, смешивал коктейли и готовил еду. Закрывались мы обычно под утро. Оказавшись дома, я садился за кухонный стол и писал, писал, писал – до тех пор, пока не начинал проваливаться в сон. Подобной жизни с лихвой хватило бы на двух человек. Это было очень тяжело физически. Так продолжалось три года изо дня в день, пока я не осознал, что писать повести и одновременно держать бар мне больше не по силам.

Работая в сфере обслуживания, приходится соблюдать определенные правила по отношению к клиентам. Кто бы ни зашел в твое заведение (ну, если только не совсем отморозок какой-нибудь), ты обязан приветливо ему улыбнуться и поздороваться. Благодаря своей работе я общался с очень разными людьми, повстречал самых удивительных персонажей. Я как губка впитывал в себя впечатления и искренне радовался каждому повороту судьбы, зная, что он несет в себе новые возможности.

Но постепенно во мне созрело желание написать что-то более солидное – и по содержанию, и по объему. Когда я работал над первыми двумя повестями, я получал удовольствие от самого процесса, но при этом отдельные места мне не очень нравились. Я писал урывками, выкраивая час тут, полчаса там, был вечно усталым, не мог сосредоточиться и чувствовал, что, водя ручкой

по бумаге, я буквально сражаюсь со временем. И хотя эта «прерывистая» техника и позволила мне написать что-то новое и интересное, но, разумеется, работая таким образом, серьезного произведения не создашь.

Я неожиданно понял, что у меня есть шанс стать писателем (а такой шанс выпадает далеко не всем), что, если постараться, я смогу написать вещь, которой сам буду доволен. Ну и естественно, решил эту возможность не упускать. Я был уверен, что крупное, серьезное произведение мне по плечу – поэтому, как следует все обмозговав, решил закрыть клуб и сконцентрироваться на писательской работе. На тот момент доходы от клуба превышали мои писательские гонорары – но мне ничего не оставалось, как смириться с этим фактом.

Большинство моих знакомых были против такого решения, ну, или, по крайней мере, очень сильно сомневались в его правильности. «Дела в баре идут хорошо, зачем его закрывать? Можно взять управляющего – пусть он за всем следит, а ты пока займешься литературой», – советовали они. Здравое смысла в этих речах было выше крыши, ведь тогда мало кто верил, что из меня выйдет профессиональный писатель. Тем не менее я не мог последовать их советам. Я принадлежу к тому типу людей, которые привыкли всецело посвящать себя своему делу. Я умею пережить неудачу, но только в том случае, если и впрямь перепробовал все варианты – иначе потом буду долго жалеть, что работал спустя рукава.

Поэтому, несмотря на возражения окружающих, я продал бизнес и, поначалу немного смущаясь, сменил, что называется, вывеску и стал жить литературным трудом. «Я просто хочу проверить, на что я способен, – сказал я жене. – Если не заладится, через пару лет снова откроем где-нибудь бар. Мы еще молоды и можем начать все заново». «Хорошо», – ответила на это жена. У нас оставались еще кое-какие долги, но я подумал, что как-нибудь прорвемся. Шел 1981 год. Я решил стараться изо всех сил.

Осенью 1981-го я на неделю поехал на Хоккайдо – за материалом для уже начатого романа. А весной следующего года «Охота на овец» была готова. Отступить было некуда, я выложился по полной. Сделал все возможное и невозможное, чтобы написать эту вещь. По сравнению с двумя предыдущими она получилась гораздо длиннее, а что касается сюжета – более объемной и динамичной.

Закончив роман, я понял, что выковал свой собственный литературный стиль. Я убедился на собственном опыте, физически прочувствовал, как это восхитительно (и в то же время мучительно) каждодневно сидеть за столом и сосредоточенно работать над новой вещью, совершенно не заботясь о времени. Я смутно ощущал в себе нетронутые залежи, и уверенность, что я смогу стать настоящим писателем, только крепла. В результате снова открывать где-нибудь маленький бар не понадобилось. Хотя иногда я думаю, что это было бы не так уж и плохо.

Редакторам из «Гундзо», отдававшим предпочтение литературному мейнстриму, «Охота на овец» совсем не понравилась. Помню, они приняли ее очень холодно. По тем временам (а может быть, даже и по нынешним?) мое представление о том, как должен выглядеть роман, было несколько нетрадиционным. Читателям тем не менее книжка пришлась по душе, и это меня несказанно радовало. Пожалуй, именно с этого романа и начался мой профессиональный путь литератора. Если бы я продолжал писать такие стихийные, инстинктивные вещи, как «Слушай песню ветра» и «Пинбол-1973», думаю, что рано или поздно оказался бы в творческом тупике.

Однако мое решение заниматься только литературным трудом породило проблему другого свойства, а именно: как поддерживать хорошую физическую форму? Я склонен к полноте и без движения сразу набираю лишний вес. Работа в баре подразумевала ежедневный тяжелый труд, поэтому с физическими нагрузками никаких проблем не было, но, как только я переквалифицировался в писателя и стал подолгу сидеть за письменным столом, ситуация кардинальным образом изменилась. Вдобавок, чтобы сосредоточиться во время работы, я беспрестанно курил. В те времена я выкуривал в день по шестьдесят сигарет. Пальцы у меня были желтого цвета, и я насквозь пропах табачным дымом. Понятно, что здоровья это мне не добавляло. И раз уж я твердо решил прожить долгую творческую жизнь, надо было срочно придумывать способ для поддержания веса и глобального оздоровления организма.

У бега много преимуществ. Во-первых, не требуется компания. Во-вторых – не нужно покупать никакого особого снаряжения. В-третьих – не обязательно отправляться в какое-то специально оборудованное место. Достаточно приличных кроссовок и хорошей дороги – и бегай сколько душа пожелает. С теннисом, например, ситуация совсем иная: нужно как минимум добраться

до корта и найти кого-нибудь, с кем играть. Плавание – тоже не то. Конечно, плавать можно и в одиночку, но все равно нужно идти в бассейн.

После того как мы продали бар, наш образ жизни круто поменялся. Мы переехали в префектуру Тиба, в местечко под названием Нарасино. Тогда это считалось глухой провинцией. В округе не было ни одного мало-мальски приличного спортзала, зато дороги – лучше некуда (база Сил самообороны по соседству поддерживала их в идеальном порядке для передвижения военной техники). По счастливой случайности поблизости от дома обнаружилась спортивная площадка, принадлежащая одному из университетов, и, приходя пораньше, я мог совершенно свободно (правильнее сказать, без разрешения) бегать по четырехсотметровой дорожке. Поэтому когда я выбирал, каким видом спорта заниматься – если это вообще можно назвать выбором, – я без колебаний выбрал бег.

Буквально через пару недель я бросил курить. Это произошло почти само собой – естественный результат ежедневных занятий бегом. Не скажу, что я легко расстался с сигаретами, но сочетать бег с курением было еще труднее. Мне хотелось бегать больше и дольше. Это желание помогло мне с достоинством пережить трудный период абстиненции, а в дальнейшем удерживало от того, чтобы снова начать курить. По сути, отказ от курения стал символическим жестом прощания с прошлой жизнью.

Бег на длинные дистанции никогда не вызывал у меня раздражения. В школьные годы я не питал особой любви к спорту, а школьную олимпиаду так даже и ненавидел. Потому что и то и другое мне навязывалось извне. Я терпеть не мог, когда меня заставляли делать что-то, чего я не хочу, да еще тогда, когда я не хочу этого делать. При этом если у меня была возможность делать то, что я хочу (но обязательно – когда и как хочу), то я отдавал этому все силы. Я никогда не отличался атлетическим сложением и хорошей координацией, поэтому не был силен в тех видах спорта, где счет идет на секунды. А вот бег на длинные дистанции и плавание мне очень даже подходили. И я это отлично понимал. Так что бег вошел в мою жизнь органично – я не почувствовал даже тени дискомфорта.

Если вы не против, позволю себе ненадолго отвлечься от бега и замечу, что все вышесказанное относится и к учебе. Начиная с первых классов школы и вплоть до выпуска я не испытывал ни малейшего интереса к тем вещам, которые меня заставляли учить. Однако я понимал, что от этого никуда не деться. Поэтому

продолжал учиться, окончил школу и даже поступил в университет. Но удовольствия от учебы я не получал. С одной стороны, плохих оценок у меня никогда не было, с другой – не припомню, чтобы меня хоть раз похвалили или чтобы по какому-то предмету я был лучшим учеником. Вкус к учебе я ощутил гораздо позже, уже оставив позади все ступени образовательной системы и став так называемым полноценным членом общества. Я понял, что если меня что-то интересует, то я должен это изучать, ориентируясь только на себя самого, – в своем темпе и своими методами. Такой способ обучения оказался наиболее эффективным. Взять, к примеру, перевод – я овладел тонкостями этого искусства самостоятельно, не жалея, как говорится, ни времени, ни средств, шаг за шагом, методом проб и ошибок. Я потратил много лет и сил, но оно того стоило.

Самое приятное в жизни профессионального писателя то, что можно рано ложиться и рано вставать. Когда я работал в баре, я чаще всего ложился спать под утро. Бар закрывался в двенадцать, но надо было все убрать, закрыть кассу, посидеть, поговорить, немного выпить, чтобы прийти в себя. Не успеешь и глазом моргнуть, как уже три часа ночи. А там и до рассвета всего ничего. Когда начинало светать, я обычно еще сидел на кухне и кропал свою прозу. Ну и понятно, что вставал я, когда солнце было уже высоко в зените.

После того как я продал бар и стал писателем, первое, что мы (то есть я и моя жена) сделали, – радикально изменили распорядок дня. Мы приняли решение ложиться спать, как только стемнеет, а вставать – вместе с солнцем. Нам это казалось очень естественным. Мы считали, что именно так должны жить уважающие себя люди. Во-вторых, мы решили, что теперь будем встречаться только с теми, с кем нам приятно встречаться, и по возможности будем избегать тех, кто нам неприятен, ведь мы больше не хозяева бара. Нам казалось, что эту маленькую роскошь мы вполне можем себе позволить. Вроде бы я уже писал, что не очень-то умею общаться с людьми. Очевидно, я испытывал потребность вернуться к своему естественному состоянию.

В результате после семи лет жизни «нараспашку» мы начали вести жизнь полузатворников. Однако я по-прежнему считаю, что опыт, приобретенный нами за годы владения баром, имел свои положительные стороны. Это была настоящая школа жизни, и я многому научился. Но жить так всегда – невозможно. Здесь как в любой школе – ты приходишь, получаешь знания и уходишь.

Итак, я вставал не позднее пяти утра и ложился спать не позднее десяти вечера – новая, простая и размеренная жизнь. У разных людей пик продуктивности приходится на разное время суток. Я, без сомнения, человек утренний. В утренние часы мне легче всего сосредоточиться, сделать все важные и необходимые дела. Днем я занимаюсь спортом, хозяйственными делами или просто чем-то таким, что не требует особого напряжения душевных сил. Ближе к концу дня я откладываю всякую работу и расслабляюсь с книжкой или слушаю музыку. Спать ложусь рано. Я придерживаюсь этого распорядка до сих пор и благодаря этому последние двадцать три года работал, как мне кажется, довольно эффективно. Однако такой образ жизни никак не сочетается с ночными или даже вечерними развлечениями, и это иногда осложняет наши отношения с людьми. Некоторые буквально впадают в бешенство из-за того, что, куда нас вечером ни позови, мы вечно отказываемся.

Но я вот считаю, что взрослому человеку (молодежь не в счет) очень важно определить для себя жизненные приоритеты. В жизни должен быть распорядок, согласно которому вы расходуете время и энергию. Если, достигнув определенного возраста, вы все еще не выработали такого распорядка, то очень скоро ваша жизнь потеряет четкость и контрастность.

Для меня главный приоритет – работа, а не общение. Что касается взаимоотношений с окружающими, то мне гораздо важнее наладить контакт не с каким-то конкретным человеком, но с энным количеством моих читателей. И если я устрою жизнь согласно своим принципам и добьюсь того, что каждая новая вещь будет хоть немного лучше предыдущей, то большинство читателей, разумеется, одобряют такой образ жизни. Не в этом ли заключается мой писательский долг? И соответственно, не это ли является главной целью, под которую должно быть заточено все без исключения? Моя позиция по данному вопросу не меняется уже много лет. Я не знаю своих читателей в лицо, поэтому наши взаимоотношения в некотором роде абстрактны, но в моей жизни не было и нет ничего важнее этих невидимых, абстрактных отношений.

А если совсем просто и в двух словах: всем не угодишь.

Если начистоту – этим же принципом я руководствовался и будучи владельцем бара. Посетителей у нас бывало довольно много, и если хотя бы один из десяти говорил, что ему понравилось и что он обязательно придет еще, – этого было вполне достаточно. Потому что когда каждый десятый клиент становится

завсегдаем, за бизнес можно не волноваться. А значит, мнение остальных девяти можно не принимать во внимание. Это была спасительная мысль. Однако, чтобы этому «одному» наш бар продолжал нравиться и дальше, приходилось разбиваться в лепешку. Как хозяин заведения, я должен был очень четко обозначить свой подход и свою философию и, несмотря ни на что, твердо держаться выбранного курса.

После «Охоты на овец» я продолжал писать, все так же опираясь на свой предпринимательский опыт. С каждым новым романом число моих читателей росло. Самое приятное было то, что у меня появились поклонники, литературные «завсегдаи», в большинстве своем люди молодые и даже юные. Они терпеливо дожидались выхода каждой моей новой книги; покупали и читали все, что я писал. Меня такое положение дел более чем устраивало, в каком-то смысле оно было для меня идеальным. Я писал то, что хотел, и так, как хотел, и этим зарабатывал себе на жизнь. Собственно говоря, ни на что большее я и не претендовал. Но когда «Норвежский лес» разошелся тиражом, намного превысившим все ожидания издателей, ситуация, а вслед за ней и мое положение несколько изменились. Однако это произошло гораздо позднее.

Первые месяцы занятий длинные дистанции мне не давались. Меня хватало на двадцать, от силы на тридцать минут. Я задыхался, сердце выпрыгивало из груди, ноги дрожали. Оно и понятно, ведь я тысячу лет не занимался спортом. Кроме того, я стеснялся бегать на виду у соседей. Похожее чувство я испытал, впервые увидев слово «писатель» в скобках после своего имени.

Но чем дольше я бегал, тем больше мое тело привыкало и приспособлялось к бегу, так что постепенно я начал увеличивать дистанцию. После всех этих лет я в конце концов выгляжу типичным бегуном; дыхание стало размеренным, пульс больше не скачет как бешеный. Самое главное – это не скорость и не расстояние. Самое главное – постоянство: бегать ежедневно, без перерывов и выходных.

Так же как трехразовое питание, сон, домашние дела и писательская работа, бег стал неотъемлемой частью моей жизни. После того как он сделался естественной потребностью, я перестал стесняться. Я отправился в магазин спорттоваров и купил себе одежду для бега и приличные кроссовки. Еще я купил секундомер и прочитал книжку «Бег для начинающих». Вот так и становятся бегунами.

Конец ознакомительного фрагмента.

notes

Примечания

1

«Видение» и «Мотивы «Лавин Спунфул» (англ.) – обе пластинки были выпущены в 1966 году. (Здесь и далее прим. переводчика.)

2

Около 10 долларов США.

----

Купить: <https://telnovel.me/ru/haruki-murakami/o-chem-ya-govoryu-kogda-govoryu-o-bege>

Текст предоставлен ООО «ИТ»

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию: [Купить](#)