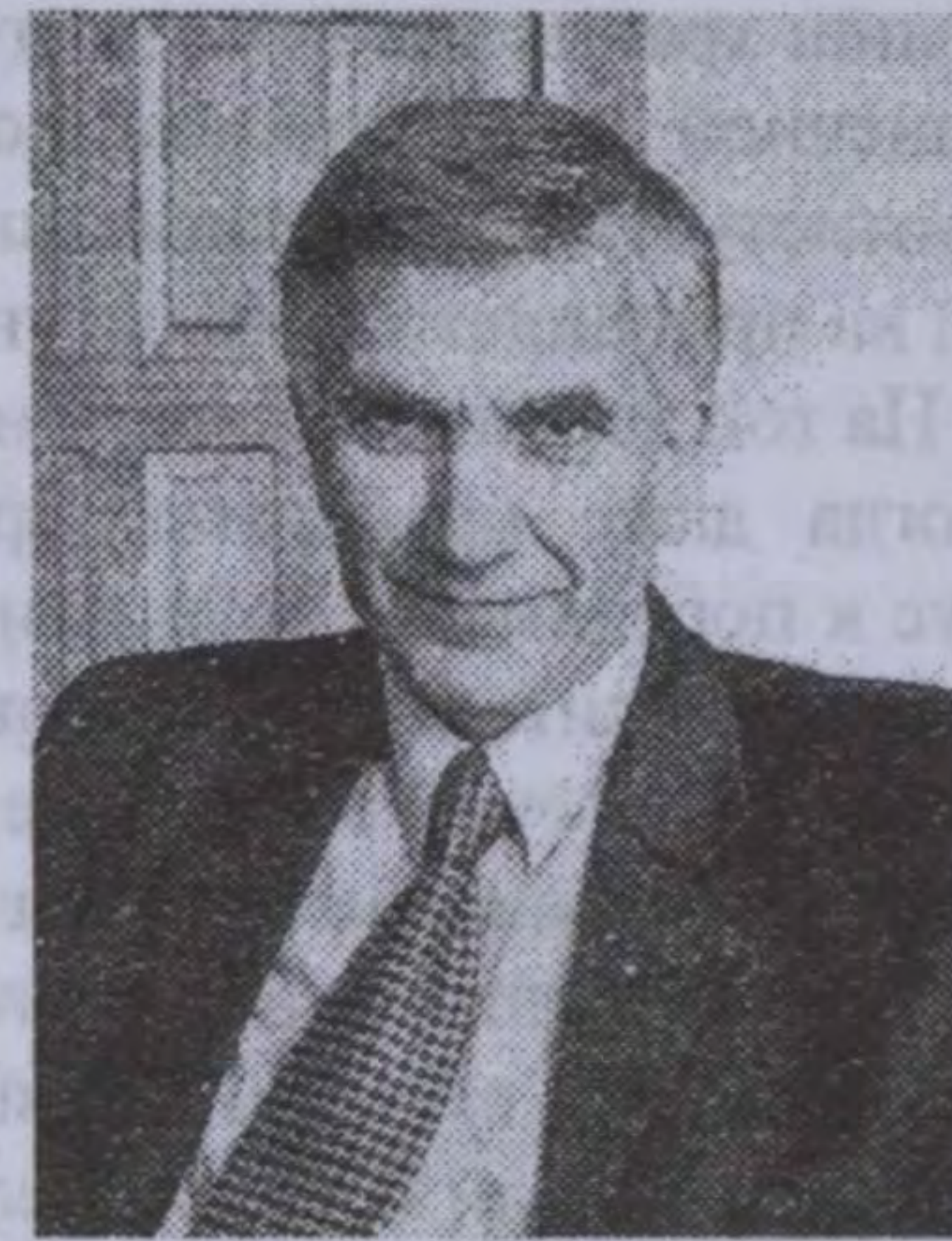


Николай ЛЕВЧЕНКО

член Союза писателей России

От редакции. Творчество Н. Левченко – будь то лирика, проза, живопись или художественная фотография – всегда дарит тем, кто к нему прикасается, умиротворение, элегическое настроение, внутреннее равновесие, душевный покой, тепло. А всё оттого, что жизненная философия Николая Романовича зиждется на ощущении заключённого в мире гармонического замысла. И даже если в нём, мире, есть «случайные черты», диссонансы, то, что причиняет боль, это поправимо: задача искусства как раз и состоит в том, чтобы помочь человеку обрести надежду, увидеть свет даже во мраке. Творчество профессионального врача Левченко – это способ исцеления от душевных, а иногда и телесных недугов, это своеобразная художественная терапия.



ОДА БЕГУ

Вы, наверное, замечали, что старики чаще ходят поодиночке, люди помоложе – вдвоём, зато всё оставшееся юное человечество любит собираться в стайки разных размеров. Это всё – со страху. Со страху они склонны демонстративно и нагло шуметь, одинаково одеваться и стричься, от опасенья не отстать от своей стайной моды.

Действительно, быть молодым – страшно. Это старикам издали собственная юность кажется цветущим лугом, юношам вблизи этот неизведанный лужок кажется минным полем, где каждый неверный шаг сулит роковые последствия. И брести по нему поодиночке непредставимо жутко. Именно поэтому друзья юных времён куда дороже всех, кто появляется потом, и благодарно помнятся так, как могут помниться друзья фронтовые.

Именно поэтому с давних времён взрослые собирают детей и отроков во взводы классов и полки школ. Но приказами друзей не создашь, дружные классы – редкость. Поэтому самые мудрые из взрослых собирали вокруг себя группы добровольцев для разных добрых и полезных дел. Они, эти взрослые, знали, что без этого юноши и девицы начнут сами создавать свои компании и банды вокруг делишек и не добрых, и не полезных.

В нашей благовещенской четвёртой школе в давние времена было несколько таких добровольных островков спасения. Был, например, драмкружок, где актриса из театра драмы занималась постановкой школьных спектаклей. Был духовой оркестр, громко украшавший школьные праздники, была секция лёгкой атлетики, а больше, вроде, ничего примечательного и не было. Тому было объяснение совсем простое: в любой школе учителей, способных быть центрами притяжения, не так много.

Я пошёл туда, где талантов требовалось меньше всего – в лёгкую атлетику. В спортивных де-

лах я никогда не был силен, да и ни в чём не был силен вообще. Поэтому лёгкий вариант атлетики казался мне притягательным. Впрочем, лёгкой она не показалась с самого начала: пропахшие потом спортзалы дышали этим. Нас учили бегать, прыгать и толкать ядра, давая возможность наблюдать улучшения собственных результатов.

Этими трудами мы заслужили весну, когда можно было на бегу дышать сосновым воздухом школьного двора, где кругом для избранных была беговая дорожка, покрытая утрамбованным шлаком. Именно в ту весну мы впервые вышли на настоящие дорожки настоящих стадионов, сначала пустынными вечерами, но потом и многолюдными воскресными утрами, когда начинались самые настоящие праздники соревнований. Именно в ту весну мне впервые дано было ощутить себя частью команды. Команда – не стая, где есть вожаки и шестёрки, в команде – каждый личность на своей дистанции или в своём секторе для прыжков. Тогда мы начинали уважать себя и друг друга, но позднее, с возрастом, всё чаще вспоминался наш школьный тренер Виктор Григорьевич, создавший ту команду и хитровато отошедший в сторонку. Теперь понятно: он прощался с нами и готовился создавать новую команду из новых пацанов и девчонок.

...На праздниках соревнований были свои зрители и свои герои среди взрослых бегунов, прыгунов и метателей. Эти герои творили на наших глазах свои триумфы побед и учили нас, школяров, что в жизни эти победы существуют. Кроме того, это оказывалось красивым.

Вспомните невесомую статую бегущего бога Меркурия с крылышками на ногах. Вы видели его на картинках, а я – своими глазами. Это был знаменитый бегун, студент из мединститута, с фамилией Алипов. С тех пор прошло уже много-много лет, но одним из самых удивительных

зрелищ хранится в памяти его невесомый бег над солнечной дорожкой стадиона: нимб курчавых золотистых волос, пронизанных солнцем, указывал на принадлежность бегуна к богам.

На той дорожке посчастливилось бегать и мне, иногда даже прибегать первым. Так возникал вкус к победам на средних и длинных дистанциях разных житейских забегов. Но это ещё не всё. Всякое человеческое занятие не только тренирует мышцы и сердце, но и делает что-то с душой, особенно среди длительного бега.

Те давние времена были удивительной эпохой, когда среди бегунов неожиданно появились выходцы из Австралии и Новой Зеландии, триумфально занимавшие мировые пьедесталы. Секреты их побед были сказочно просты: они пробегали свои бессчётные тренировочные мили не по изнурительно-замкнутым дорожкам стадионов, а по тропинкам пологих холмов, омываемых небом, и бескрайних песчаных океанических пляжей. Бег среди неба и моря мог длиться часами, не приводя к утомлению, ведь за каждой одолённой милей открывался новый горизонт. В те времена об этом удивительном долгом беге на природе было написано так много и интересно, что весь мир вдруг начал бегать для физического и душевного здоровья.

Один японец в возрасте тридцати трёх лет решил стать не просто бегуном, но настоящим марафонцем. Решил и стал, участвуя в разных соревнованиях, и даже приехал в Грецию, чтобы пробежать те сорок два километра в окрестностях Афин. Этот удивительный японец написал книжку с названием «Философия бега», и её перевели на множество языков, включая русский.

Но в книгах философия всего лишь спит, а по-настоящему живёт и действует только в головах. Постулаты этой философии просты и понятны. Они могут выглядеть примерно так: перед всяким стартом в человеке борются два чувства: страх и азарт. Нужно доверяться азарту, иначе вы проиграете ещё до старта.

Самая лёгкая часть дистанции – первая половина, не предавайтесь этой лёгкости и не рвитесь вперёд всех: на вторую половину может не хватить сил. В эту самую трудную вторую половину старайтесь не отстать: это заранее поставит крест на победе.

Победа достигается на финише, когда соперники одинаково устали, здесь многое зависит от силы духа и воли. Стремитесь победить – эта выстраданная удача останется с вами до конца жизни, и это будет жизнь победителя.

Выбирайте достойных соперников. Самый достойный – вы сами, учитесь побеждать себя.

Настоящие достижения – результат тренировок, всё остальное – случайное везение. Умейте превращать тренировочную работу в подобие бега по зелёным лугам и бескрайним пляжам океана. Это может превратить ваши будничные труды в подобие праздников, делая любую работу менее утомительной или даже превращая её в праздник.

Большая удача, что смолоду я узнал об этом. На беге с препятствиями всей моей дальнейшей жизни бывали моменты глухих и душных тупиков, когда мозгу оказывался нужен дополнительный кислород. Тогда я бросал курить и начинал бегать по утрам по спящим улицам, набережным и паркам. Восходы воскресных дней можно было встречать, пробегая гулкий мост через Зею, на полевых заезжих дорогах, умываясь ледяной речной водой и даже иногда плавая среди льдин. Это были прекрасные мгновения, но ещё более прекрасными оказывались те, когда приходилось бежать по тропинкам и дорожкам Первомайского парка, по тем же самым, где мы бегали много лет назад, зарабатывая праздники своих первых побед.

...Иногда по ночам в моё бессонное окно, притворяясь стуком голых мокрых ветвей, стучит старость. В её нищенской котомочке хранятся нехитрые гостинцы для меня: все эти раки, инсульты, инфаркты и старческие деменции.

Нет, всё-таки странно: старость начинает походить на минное поле юности, где царила пугающая неопределённость и каждый неверный шаг мог оказаться роковым. От этой неопределённости трудно уйти, но, к счастью, мне известно: можно убежать.

Мировая статистика показывает: пожилые любители утренних и вечерних пробежек чаще умирают или на бегу, или сразу после бега. Так что, если старуха со своей котомочкой начнёт приходить слишком часто, самое время возвращаться на улицы, парки и набережные своих юных пробежек. Ничего, что наш бег окажется и не лёгок, и не быстр, по скорости мало отличаясь от ходьбы. Дело не в скорости – это мудрая природа даёт возможность не торопясь разглядывать дома, стволы и ветви сквозь золотистую вечернюю дымку прошедшего времени или надеждой светиться сквозь голубоватый туман нового дня. Благодарно разглядывать всё то, мимо чего мы бездумно пробегали в легконогие юные времена. И, если повезёт, даже умереть среди этого счастья.