

Тиша в епоху галасу
Ерлінг Кагге

У теперішньому гамірному світі, переповненому метушнею, гаджетами та відсутністю часу для себе, тиша – справжня розкіш, якою треба вміти користуватися. Норвезький дослідник і мандрівник Ерлінг Кагге, який провів чимало часу наодинці з природою, упевнений: знайти безмовність можна повсюди, навіть якщо ви житель найгаласливішого міста на Землі. Ви дізнаєтеся про види тиші, її властивості, навчитеся шукати її тоді, коли нестерпно хочеться заховатись від шумної дійсності. Книжка подарує вам можливість дослідити природу тиші, зрозуміти її, відчути, полюбити й знаходити повсюди.

Ерлінг Кагге

Тиша в епоху галасу

© Erling Kagge, Kagge Forlag, Norway, 2016

© Hemiro Ltd, видання українською мовою, 2017

© Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля», переклад і художнє оформлення, 2017

* * *

Тиша в епоху галасу

I

Щоразу, коли я не можу піти, піднятися над світом чи відплисти подалі від нього, я вмію відсторонитися від нього.

Навчитися цього вдалося не одразу. Лише коли я вперше зрозумів, що маю якусь просто-таки первісну потребу в тиші, то зміг розпочати її пошуки – і там, глибоко під какофонією транспортного шуму й думок, звуків музики й різних технічних пристроїв, айфонів та снігоочисників, спочивала вона, чекаючи на мене. Тиша.

Нещодавно я спробував переконати моїх трьох доньок, що в тиші приховані всі таємниці світу. Ми саме сиділи разом за кухонним столом, зібравшись на недільний обід. Нині нам нечасто випадає нагода попоїсти разом, адже всі інші дні тижня зазвичай зайняті купою різних справ. Недільні обіди стали єдиним прийомом їжі на тиждень, коли ми всі маємо вільний час, аби просто посидіти й поспілкуватися без зайвого поспіху.

Дівчатка подивилися на мене скептично. Тиша – це ж ніщо, чи не так? Я ще навіть не встиг пояснити, яким чином тиша може бути другом і що вона дорожча за будь-яку із сумочок від Марка Джейкобса, що їх доньки так прагнуть, як їхня думка сформувалася: тишу чудово мати напихваті, коли тобі сумно. Але в усіх інших випадках вона геть ні до чого.

Сидячи там за обіднім столом, я раптом згадав цікавість, яку вони виявляли дітьми. Як їх могло зацікавити, що ховається за дверима. Їхній захват, коли вони дивилися на вимикач і просили мене «відкрити світло».

Запитання й відповіді, запитання й відповіді. Допитливість є самим двигуном життя. Але моїм діточкам уже 13, 16 та 19 років, і цікавляться чимось вони дедалі менше, аж до того рівня, що, коли їх таки щось зацікавить, вони просто витягають свої смартфони й шукають відповідь. Вони все ще допитливі, однак їхні личка стали менш дитячими, більш дорослими, а їхні голівки містять більше амбіцій, ніж запитань. Жодна з них не мала інтересу до обговорення теми тиші, тому, щоб пробудити його, я розповів їм про двох моїх товаришів, котрі якось вирішили піднятися на Еверест.

Рано-вранці вони вийшли з базового табору, проклавши собі маршрут південно-західним схилом гори. Спочатку все було добре, вони обидва дійшли до вершини. Але потім почався сніговий буран. Незабаром вони усвідомили, що ніяк не зможуть спуститися живими. Перший додзвонився по стільниковому телефону своїй вагітній дружині. Разом вони вирішили, як назвати дитину, яку вона носила. А потім він тихо відійшов трохи нижче від вершини. Мій другий товариш не зміг ні з ким зв'язатися перед смертю. Ніхто точно не знає, що сталося на горі в ті години. Через сухий холодний клімат на висоті 8000 метрів над рівнем моря вони обидва були просто висушені морозом. Вони лежали там у тиші, майже такі самі на вигляд, як двадцять два роки тому, коли я бачив їх востаннє.

На цей раз за столом таки запала тиша. Один із наших мобільних просигналізував про вхідне повідомлення, але ніхто з нас і не подумав перевірити телефони. Натомість ми заповнили тишу собою.

Невдовзі після того мене запросили виступити в Університеті Сент-Ендрюс у Шотландії. Тему я мав обрати сам. Зазвичай я розповідаю про екстремальні подорожі на край світу, але цього разу мої думки були спрямовані в бік домівки, до того недільного обіду в колі моїх рідних. Тому я зупинився на темі тиші. Я добре підготувався, проте, як це часто зі мною буває,

нервувався. Що, як мої розпорошені думки про тишу належать лише до царини недільних обідів, а не до виступів перед студентами? Не те щоб я боявся бути освистаним всі 18 хвилин моєї промови, однак усе ж таки хотів зацікавити студентів темою, яку так близько прийняв до серця.

Я почав свій виступ із хвилини тиші. Чутно було, як муха летить. Усі завмерли. Протягом наступних 17 хвилин я говорив про тишу навколо нас, але розповів також про дещо ще важливіше, як на мене, – тишу всередині нас. Студенти сиділи мовчки та уважно слухали. Здавалося, їм уже давно бракувало тиші.

Того самого вечора я пішов із кількома з них до кнайпи. Коли ми сиділи там на протязі біля входу, з великим кухлем пива кожний, це дуже нагадувало мої власні студентські дні в Кембриджі. Щирі, допитливі люди, тепла атмосфера, цікаві розмови. Студенти хотіли почути відповіді на три запитання: «Що таке тиша? У чому вона? Чому нині вона важливіша, ніж будь-коли раніше?»

Той вечір багато для мене значив, і не лише через добру компанію. Завдяки студентам я раптом усвідомив, як мало розумів до того. Повернувшись додому, я не міг позбутися думки про ті три запитання. Вони стали для мене якоюсь марою. Тепер я щовечора сидів, обдумуючи їх із різних боків та шукаючи на них відповіді сам. Я почав писати, думати, читати та дослухатися до себе більше, ніж будь-хто.

Урешті я зробив тридцять три спроби відповісти них.

II

1

Для дослідника багато речей зводяться до цікавості. Це одна з найчистіших форм радості, яку я тільки можу собі уявити. Я насолоджуюся цим відчуттям. Я часто відчуваю цікавість. Це відбувається майже повсякчас: коли подорожую, читаю щось цікаве, знайомлюся з новими людьми, коли сідаю писати, або щоразу, коли відчуваю, як б'ється моє серце, чи спостерігаю схід сонця. Цікавість є однією з найпотужніших сил, з якими ми народжуємося. На моє глибоке переконання, вона також є однією з найчудовіших здібностей, якими ми володіємо. І не лише для дослідника, такого як я. Вона має таку саму велику цінність для батька чи для видавця. Мені вона подобається. Якби ще від неї нічого не відволікало...

Учені вміють докопуватися до істини. Я б теж так хотів, але цей шлях просто не для мене. Протягом життя мої думки майже про все змінювалися. Головним для мене є відчуття цікавості, і лише воно – цікавість заради цікавості. Невеличка подорож шляхом відкриття. Хоча це може також бути зернятко, що проросте, аби принести подальші можливості.

Інколи цікавість буває мимовільною. Я відчуваю її не навмисно, а скоріше тому, що просто не можу нічого із собою вдіяти. Наприклад, щось неприємне з мого минулого раптом підводить голову. Якась думка чи переживання. Воно починає мене гризти, а я не можу припинити думати про те, що воно могло б означати.

Одного дня на вечерю завітала моя двоюрідна сестра й дала мені збірку віршів норвезького поета Йона Фоссе. Після того як вона пішла, я ліг у ліжко, вирішивши трохи погортати цю книжку перед сном. Я вже збирався вимкнути світло, як побачив слова: існує любов, яку ніхто не пам'ятає. Що поет мав на увазі? Якусь невидиму любов, що десь прихована? Чи, може, він писав про тишу? Я відклав збірку віршів убік та замислився. Добра поезія нагадує мені про видатних дослідників. Добираючи правильні слова, вона здатна зрушити плин моїх думок так само, як і звіти дослідників, що їх я читав, коли був юнаком. Перш ніж заснути, я вирішив наступного ранку написати листа до Фоссе та спробувати «набрати води з його криниці».

«У певному сенсі промовляє саме тиша», – відповів Фоссе через шість хвилин після того, як я відправив своє електронне повідомлення. Мені мало не здалося, що він чекав на моє запитання, проте навряд чи це було так, бо він нічого не отримував від мене багато років.

А втім, промовляти тиша якраз і має. Вона має говорити, а ви маєте говорити з нею, аби розкрити присутній у ній потенціал. «Мабуть, це тому, що тиша співіснує із цікавістю, але вона також несе в собі певну велич, неначе океан чи безкраї снігові простори. І хто не захоплюється її величчю, той боїться її. Саме тому, найімовірніше, так багато людей бояться тиші (і саме тому скрізь лунає музика, скрізь)».

Я впізнаю цей страх, про який пише Фоссе. Неясну тривогу щодо чогось, на що я не можу чітко вказати. Щодо чогось, що так легко не дає мені бути присутнім у своєму власному житті. Натомість я займаю себе то одним, то іншим, уникаючи тиші, весь час хапаючись за якісь нові поточні завдання. Я надсилаю текстові повідомлення, вмикаю якусь музику, слухаю радіо або дозволяю своїм думкам ширяти по всіх усьодах замість того, щоб припнути їх та на якусь хвилю відсторонитися від світу.

Гадаю, страх, який описує Фоссе, – це страх краще пізнати самих себе. Щоразу, коли я намагаюся цього уникнути, з'являється якась смердюча хмарка боягузтва.

Найтихішим з усіх місць, які я будь-коли відвідував, є Антарктика. Я йшов сам-один до Південного полюса, і серед всього неозорого одноманітного крижаного поля не чути було ніякого людського шуму, крім звуків, які видавав я сам. Один серед снігів і криги, у глибині величної білої безмовності, я зміг дуже добре почути й відчути тишу.

Я прокладав свій шлях на південь через найхолодніший континент світу, і все навколо здавалось абсолютно плоским та білим, кілометр за кілометром, аж до самого обрію. Піді мною ж лежали 30 мільйонів кубічних кілометрів криги, що тиснули на поверхню Землі.

Поступово, хоч навколо й не було нікого, я почав помічати, що ніщо не є абсолютно плоским. Крига та сніг утворювали то менші, то більші абстрактні обриси. Одноманітна білизна перетворилася на незліченні відтінки білого. Подекуди поверхня снігу відсвічувала блакиттю, а також червонуватим, зеленкуватим та ніжно-рожевуватим кольорами. У мене було стійке враження, що на шляху мого просування ландшафт змінюється, але я помилявся. Пейзаж залишався незмінним – змінювався я сам. «Удома я насолоджуюся лише „великими шматками“. Тут же я вчуся цінувати найменші радощі. Вигадливі візерунки снігу. Стишення вітру. Дивовижні форми хмар. Тишу», – написав я у своєму щоденнику на двадцять другий день подорожі.

Пам'ятаю, у дитинстві я надзвичайно захоплювався равликом, здатним нести свій будиночок на собі, куди б він не йшов. Так от, під час моєї антарктичної експедиції це захоплення тільки зросло. Усі харчі, пристрої й пальне, необхідні для переходу, я склав на сани і жодного разу не відкривав рота, щоб заговорити. Я заткався. Я не мав радіозв'язку і не бачив жодної живої істоти протягом 50 днів. Усе, що я робив, – це день за днем торував на лижах свій шлях на південь. Навіть коли я був злий через обірване кріплення чи тому, що ледь не зісковзнув у глибоку розколину льодовика, я не лаявся. Спалахи люті виснажують, а настрої від них тільки погіршуються. Ось чому я ніколи не сварюся під час експедицій.

Удома завжди проїжджають повз якісь автівки, дзвонить, сигналить чи вібрує телефон, хтось поруч розмовляє, шепоче або кричить. Так чи інак, там стільки різного галасу, що ми ледь зауважуємо його весь. Тут же було зовсім інакше. Сама природа промовляла до мене під маскою тиші. І що тихішим я ставав, то більше чув.

Щоразу, зупиняючись на відпочинок, якщо тільки тоді не дув вітер, я відчував оглушливу тишу. Коли там немає вітру, навіть сніг здається мовчазним. Я ставав дедалі уважнішим до світу, частиною якого був. Ніхто мене не турбував, ніхто не відволікав. Я був наодинці зі своїми думками та ідеями. Майбутнє відступило на другий план. Я не звертав уваги на минуле, я був нарешті присутнім у своєму власному житті. «Коли ви входите в нього, світ зникає», – стверджував філософ Мартін Гайдеггер. І саме це зі мною й сталося.

Я почувався так, немов став продовженням того, що мене оточувало. Оскільки мені ні з ким було поговорити, я почав спілкуватися з природою. Мої думки линули по рівнинах аж до гір, повертаючись назад з новими ідеями.

Трохи південніше я занотував у своєму щоденнику: як легко вважати, що континенти, які ми не можемо відвідати, пізнати чи побачити, не вельми того варті. Достатньо, аби хоч хтось побував там, пофотографував усе та поділився фото, щоб ми склали уявлення про ці місця. На 27-й день я написав: «Для більшості Антарктика все ще залишається далекою й незвіданою. Просуваючись углиб неї, я сподіваюся, що вона такою й залишиться. Не тому, що мені б не хотілося, аби її пізнало багато людей, а тому, що я відчуваю: Антарктика має якусь місію як незвідома для багатьох земля». Я й досі вважаю, ніби нам просто необхідно знати, що у світі є місця, які ще не до кінця досліджені та впорядковані. Дотепер існує цілий континент, загадковий та практично невивчений, «що може стати країною чиїхось фантазій». Я відчуваю, що це може стати найбільшою цінністю Антарктики для моїх трьох доньок та прийдешніх поколінь.

Секрет пішого походу на Південний полюс полягає в тому, щоб ставити одну ногу поперед другої та робити це достатню кількість разів. Суто з технічного боку це доволі просто. Навіть маленька мишка може з'їсти слона, якщо робитиме це поступово. Головний виклик – виявлення бажання це робити. Найбільшим викликом є вставати вранці, коли температура сягає 50 градусів нижче точки замерзання. У дні, що віддзеркалюють часи Роальда Амундсена та Роберта Скотта.

Яким є наступний найскладніший виклик? Перебувати в злагоді із самим собою.

Тиша просто-таки пристала до мене. Не маючи жодного зв'язку з навколишнім світом, відокремлений та самотній, я був змушений знову і знову повертатися до думок, які вже мав. А також, що гірше, до своїх відчуттів. Антарктика – це найбільша пустеля світу, де є вода і більше годин сонячного світла, ніж у Південній Каліфорнії. Там просто ніде сховатися. Щоденна безневинна брехня та напівправа, до яких ми вдаємось, коли повертаємося до цивілізації, із цієї відстані бачаться абсолютно позбавленими сенсу.

Вам може здатися, що я спокійно собі медитував, поки йшов уперед, але це не так. Часом холод та вітер стискали мене, неначе крижані лабеті. Я замерзав аж до сліз. Мій ніс, пальці на руках та ногах поступово білішали, втрачаючи чутливість. Коли мороз кусає частини вашого тіла, з'являється біль, але потім він трохи слабшає. Після цього він повертається знову, коли ви відігріваєтесь. Уся енергія, яку мені вдавалося зібрати, витрачалася у спробах зігрітися. Так от, скажу я вам, відігріватися болючіше, ніж замерзати. Але пізніше, коли до мого тіла все ж поверталось тепло, я знову отримував енергію для мрій і думок.

Американці побудували базу навіть на Південному полюсі. Учені та техніки проводять там по декілька місяців за раз, цілком відірвані від зовнішнього світу. Одного року там зібралося дев'яносто дев'ять мешканців, які разом святкували Різдво. Хтось провіз контрабандою дев'яносто дев'ять камінців і роздав їх по одному як різдвяні подарунки, залишивши один для себе. Люди там не бачили камінців місяцями. Дехто не бачив їх узагалі більше року. Навколо були лише крига, сніг та побудовані людиною об'єкти. Усі сиділи, роздивляючись та обмацуючи свої камінці. Не кажучи жодного слова, вони тримали їх у долонях, відчуючи вагу.

3

На шляху до Південного полюсу я уявляв собі людину на Місяці, яка дивиться вниз на Землю. Жоден звук із нашої планети не зміг би подолати відстань у **390** тисяч кілометрів до неї, але, можливо, вона бачить нашу блакитну кулю, дозволивши своєму поглядові сягнути аж на полюс. А там вона бачить хлопця в теплій синій куртці, який поволі просувається вперед по кризі, ставлячи собі намет лише вечорами. Наступного дня весь сценарій повторюється. Вона спостерігає за лижником-всюдиходом, що прямує в одному й тому ж напрямку тиждень за тижнем. Та людина, мабуть, вважала мене несповна розуму, і від цієї думки я почувався трохи пригніченим.

Наприкінці одного дня, саме перед тим, як я збирався завершувати свій денний перехід і ставити намет, я подивився вгору на небо та уявив собі ту саму людину на Місяці, яка звернула свій погляд далеко на південь. Далеко внизу вона може спостерігати тисячі, якщо не мільйони людей, що рано-вранці виходять зі своїх крихітних будиночків, лише щоб на кілька хвилин чи годину застрягнути в якомусь транспортному заторі. Неначе в німому кіно. Потім вони прибувають до великих будівель, де проводять по вісім, десять чи дванадцять годин, сидючи перед моніторами, перш ніж повернутися через той самий транспортний затор назад до своїх крихітних будиночків. Удома вони вечеряють та дивляться новини по телевізору в один і той самий час щовечора. І так з року в рік.

Мене вразила думка, що єдина різниця, яка може з'явитися з часом, полягає в тому, що найамбітніші люди примудряться перебратися у трохи більші будинки, у яких проводитимуть вечори так само. Послаблюючи кріплення лиж того вечора, щоб розбити табір, я почувався спокійнішим та більш задоволеним.

4

У школі я вивчав звукові хвилі. Це правда, що звук є фізичним явищем і може вимірюватись у децибелах, хоча мені й не подобається вимірювати його якимись цифрами. Тиша ж є більше ідеєю. Поняттям. Тиша навколо нас може містити багато чого, але найцікавішим різновидом тиші є той, що лежить всередині. Тиша, яку я сам у певному сенсі, мабуть, і створюю. Ось чому я більше не намагаюся створювати абсолютну тишу навколо себе. Дуже цікавим особистим відчуттям є тиша, що сидить у мені.

Якось я спитав одного футболіста світового класу про його відчуття галасу внизу на полі, посеред залюдненого стадіону, в мить, коли він б'є по м'ячу і той зі свистом летить у ворота. Його відповідь була такою: зразу після удару по м'ячу він не чує жодного галасу, навіть попри те, що той злітає до небес. Він видає якийсь вигук. Він першим розуміє, що це гол. Але стадіон і далі здається беззвучним. Наступними те, що м'яч перетнув лінію воріт, розуміють його товариші по команді, і він бачить, як вони його вітають. Одразу після це розуміють також вболівальники, і тоді звідусіль лунають радісні вигуки. Усе це триває якусь секунду чи дві.

Насправді ж рівень шуму на полі сягав чималих децибелів увесь цей час.

Я переконаний, що будь-хто може знайти цю тишу всередині себе. Вона є там постійно, навіть коли навкруги галас. Глибоко в життєвому океані, під хвилями та бурунами, ви можете знайти свою власну внутрішню тишу. Стоячи під душем, коли вода омиває вашу голову, сидючи перед багаттям, що потріскує, перепливаючи лісове озеро чи гуляючи в лісі, теж можна відчути просто-таки ідеальний спокій. Ось що я люблю.

В Осло із цим складніше. Я працюю в центрі міста й часом змушений створювати свою власну тишу. Іноді там стільки галасу, що я вмикаю музику не для того, щоб створити ще більше, а щоб хоч якось відсторонитися від інших звуків. Це, здається, працює, якщо музика мені добре знайома і на мене не чекає якась несподіванка. Щиро кажучи, думаю, тишу можна почути навіть на злітній смузі аеродрому, якщо дійсно цього захотіти. Один товариш розповів мені, що він може перебувати в абсолютному спокої винятково тоді, коли веде машину. Як каже стара норвезька приказка, найважливіше не те, як ви відчуваєтесь, а те, що ви з цим робите. Для мене найвищу цінність має тиша в природі. Ось де я найбільше відчуваюся вдома.

Утім, якби я не міг відчувати спокій серед міської круговерті життя, мій потяг до тиші ставав би надто сильним і мені доводилося б повертатися до природи частіше.

По суті, Арктика – це океан, оточений континентами: повна протилежність до Антарктики, яка є континентом, оточеним океанами. Коли ідеш на північ по арктичному льоду, тебе оточує шум, що не вщухає. Північний Льодовитий океан має глибину **3000** метрів і вкритий товстим шаром криги. Ця крига рухається під впливом вітру та океанських течій. Натикаючись на різні перепони, величезні білі масиви страшенно гуркочуть. Там, де крига тонка, можливо, навіть не більше кількох сантиметрів, він угинається й тріщить під вашими ногами.

У **1990** році ми з мандрівником Бьорге Осландом досягли Північного полюсу, і наступного дня після нашого прибуття до пункту призначення в нас над головами пролетів американський літак-розвідник. Пілоти, мабуть, були не менше за нас здивовані тим, що побачили на Північному полюсі людей. Перш ніж летіти собі далі, вони скинули ящик з провізією для двох змучених голодом полярних дослідників. Це було жестом доброї волі.

Після п'ятдесяти восьми днів за температур близько **-57°** за Цельсієм більша частина жиру та м'язової маси наших тіл згоріла. Щоб мати змогу робити сімнадцятигодинні переходи та досягти полюса, ми збільшили розрахункову тривалість своїх діб із двадцяти чотирьох до тридцяти годин. Часом холод та голод майже не давали нам спати. Ми відкрили цей ящик, поділили їжу з літака-розвідника між собою та поклали її на наші спальні матраци. Я вже був готовий накинутися на свою частку, коли Бьорге запропонував почати їсти не зразу, а після невеличкої паузи. У тиші. Ми повільно порахуємо подумки до десяти і лише тоді почнемо їсти. Продемонструємо колективну витримку. Нагадаємо один одному, що задоволення пов'язане також із пожертвою. Те очікування породило в мені дивне відчуття. Але я ще ніколи не почувався таким багатим, як у той момент тиші.

Я не вмію в'язати, але коли спостерігаю, як це робить хтось інший, то думаю, що та людина, мабуть, досягнула частину того самого внутрішнього спокою, який я відчував під час своїх експедицій, навіть якщо навколо них зовсім не спокійно. Я відчуваю те саме, коли читаю, слухаю музику, медитую, кохаюся, катаюся на лижах, займаюся йогою чи просто тихенько сиджу собі, ні на що не відволікаючись. У своїх спробах стати видавцем я засвоїв, що можна продати сотні тисяч книжок про в'язання, пивоваріння та штабелювання деревини. Здається, що всі ми (або принаймні дуже багато хто) прагнемо повернутись до чогось первісного, справжнього, знайти спокій та спробувати невеличку тиху альтернативу надокучливому галасу. У цих заняттях є щось неквапне й справжнє, щось медитативне. Імовірність, що вам завадять, коли ви варите пиво у своєму підвалі чи коли в'яжете, схоже, мінімальна, і це дозволяє вам отримувати задоволення від виконуваної роботи. Просто знати, що мені не завадять, і на цей раз мати пояснення, чому я бажаю побути наодинці зі своєю роботою, – це чудова розкіш.

Це не просто якась нова тенденція чи мода; я вважаю, що це відбиття глибинної людської потреби. В'язання, пивоваріння, ваління дерев – усі ці заняття мають щось спільне. Ви ставите перед собою мету та йдете до неї – не одразу, не навпростець, але поступово. Ви використовуєте свої руки чи все тіло для створення чогось. Спонукаючи себе, ви спонукаєте свій розум. Я просто насолоджуюся цим відчуттям, коли задоволення переходить від тіла до голови, а не навпаки. Результати, яких ви досягаєте, – дрова для обігріву, светр для обнови, – це не ті речі, що їх можна просто роздрукувати. Плід вашої праці можна помацати. Це результат, яким ви та інші зможете насолоджуватися тривалий час.

5

Звук, звичайно, – це не лише звук.

Мені нагадали про це навесні 1986 року під час вітрильної подорожі південною частиною Тихого океану від узбережжя Чилі в напрямку мису Горн. Рано-вранці, стоячи сам-один нічну вахту від півночі до четвертої години, я почув звук, який був схожий на довгий, глибокий вдих, чітко на захід від човна. Я не мав жодної гадки про те, що це могло бути. Я повернувся на дев'яносто градусів у напрямку звуку і виявив там кита – якраз по правому борту. Просто в межах чутності. За моїми оцінками, ця істота була довжиною з наш човен, приблизно двадцять метрів. Судячи з його довжини, це був фінвал, поширений ссавець, який усе своє життя полює на крабів, криль та рибу. Сині кити мають приблизно такий самий розмір, але, оскільки люди примудрилися майже знищити їх, я вирішив, що було б дуже дивним, якби біля нас плавала зараз саме ця найбільша у світі тварина.

Вітрила були добре виставлені, човном особливо стернувати не доводилося, тому в мене було вдосталь часу, аби роздивитися цього кита. Тіло він мав вузьке й стрімке, трохи схоже на торпеду, із сірувато-чорною спиною. Залізним правилом є те, що великі кити важать одну тонну на фут довжини, тому я підрахував, що його вага складала близько шістдесяти тонн. Він (чи вона) спокійно плив собі поруч із нашим вітрильним судном. Кілька хвилин ми йшли одним і тим самим курсом, мій кит та я.

Перш ніж кит урешті зник в океані, я ще кілька разів чув цей глибокий звук, що виходив із дихала в нього на спині, повільний вдих та видих. Після цього світ вже не здавався мені таким, як раніше. Я і далі стояв там, тримаючи стерно, прислухаючись та видивляючись цю темну спину з єдиним плавцем на ній, але більше свого кита вже не бачив.

Коли ж трьома днями пізніше ми прийшли в порт, я почув звук пирососа. Цей звук і дихання мого кита мали майже однакову частоту. Але один нагадував мені про буденні обов'язки, те, що я зазвичай роблю, щоб позбутися пилу та пуху вдома, а інший звук був чимось, що я з превеликою втіхою згадую до сьогодні. Незвичайна, справжня, якась первісна сила. Час до часу я

пригадую цей глибокий, величний спосіб виявлення, і донині він є для мене джерелом піднесення.

6

Тиша може бути нудною. Мабуть, у кожного були моменти в житті, коли тиша здавалася вимогливою, некомфортною, а часом навіть страшною. Іноді вона буває ознакою самотності. Або горя. Раптова тиша зазвичай доволі важка.

Якщо ми не хочемо про щось говорити, то можемо просто помовчати. Гадаю, дівчата віком близько п'ятнадцяти років є найнещаснішими людьми на землі, тому мені було легко зрозуміти, чому мої доньки стверджували, що тиша важлива, коли вони засмучені. Я й сам так роблю, коли мені погано на душі, – просто стаю мовчазним, ніби камінь. Щоразу, як бачу подружжя, що уникає одне одного в агре-сивній тиші, усіляко намагаюся триматися подалі.

Пам'ятаю, як я був маленьким і не міг заснути. Я лежав у своїй колисці, змучений тишею. Це було трохи схоже на те, коли побачив поганий сон та прокинувся в той час, коли батьки вже навшпиньках пішли у своїх справах. Тиша відчувалася неначе звук, вона билася всередині моєї голови. Із тих ночей, коли я лежав у ліжку сам, крутився та пере-вертався, не можу пригадати жодної затишної думки.

Однак тиша може також бути вашим другом. Джерелом потужного піднесення.

У своїй поемі «Раптова тиша» поет Рольф Якобсен писав:

Тиша, що живе в траві
на нижньому боці усіх листочків
та в синіх проміжках каміння.

Тиша, що покоїться неначе пташеня у ваших долонях. У віршах Якобсена можна легко побачити себе. На самоті біля океану чуєш воду, в лісі – плюскіт потічка чи шурхіт гілочки, яку розгойдує вітер, на горі – ледь помітні рухи між камінням та мохом. Усе це випадки, коли тиша заспокоює. Я шукаю таку всередині себе. Хвилина за хвилиною. Вона може виявитись десь у чарівному місці на природі, але так само легко може з'явитися й по дорозі до офісу, коли я беру невеличку паузу перед зустріччю чи відпочиваю після спілкування.

Відсторонитися від світу не означає повернутися спиною до свого оточення, радше навпаки: побачити світ трохи чіткіше, не збиваючись із курсу та намагаючись полюбити своє життя.

Тиша багата сама по собі. Це певна якість, щось ексклюзивне та розкішне. Ключ до відмикання нових способів мислення. Я сприймаю її не як зречення чи щось духовне, а радше як практичний ресурс для багатшого життя. Або,

якщо викласти це більш звичайними словами, як глибшу форму відчуття життя, ніж просто вмикання телевізора з метою вкотре тупо подивитись новини.

7

Усупереч тому, у що я вірив, коли був молодшим, основним станом нашого мозку є хаос.

Мені знадобилося багато часу, аби це зрозуміти, тому що мої дні часто минають неначе на автопілоті. Я сплю, прокидаюся, перевіряю свій телефон, приймаю душ, їм та вирушаю на роботу до свого видавництва. Тут я відповідаю на повідомлення, відвідую різні зустрічі, читаю та спілкуюся. Мої власні й чужі очікування щодо того, як має минати мій день, керують моїми годинами аж до того часу, коли я знову лягаю спати.

Однак у проміжках, щоразу, як я випадаю із цієї звичної колії та мовчки сиджу в кімнаті сам, без жодної мети, ні на що не дивлячись, хаос бере гору. Складно лише всидіти там. Виринають безліч спокус знайти якесь заняття. Мій мозок, який так добре працює на автопілоті, більше не допомагає. Нелегко бути вільним, коли більше нічого не відбувається, навкруги тихо і ви наодинці із собою. Я часто віддаю перевагу якійсь справі, аби тільки не заповнювати тишу самим собою.

Кінець ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию (https://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=25370732&lfm=362673004) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.