



НОВАЯ ГАЗЕТА

ПИСЬМА ИЗ КАЗЕННОГО ДОМА • ОБЩЕСТВО

«Вы уже в истории, а подлецы останутся подлецами»

Письма политзэков о смехе, который спасает от отчаяния



Фото: Влад Некрасов / Коммерсантъ

10:05, 18 декабря 2024,

полную версию материала со всеми мультимедиа-элементами
вы можете прочитать [по этой ссылке](#) или отсканировав QR-код →



«Новая» продолжает публикацию писем политзаключенных. В этом выпуске мы с небольшими сокращениями публикуем письмо, написанное узникам известным психологом Мариной Мелия, а также ответы политзаключенных, которым чувство юмора не чуждо.



Марина Мелия. Фото: соцсети

ПИСЬМО МАРИНЫ МЕЛИЯ

«Юмор непокоренных»

...Юмор стойких во многом сродни черному юмору. Это юмор как бы неуместный, высмеивающий то, над чем

вроде бы и смеяться нельзя. Он зачастую затрагивает запретные или деликатные темы. Он шокирует и настораживает, бросает вызов социальным нормам, представлениям о том, как мы «должны» реагировать на страдания или трагедии. И это особая разновидность черного юмора, ведь человек иронизирует над своей собственной драматической или опасной ситуацией. «Я — Франсуа — чему не рад! / Увы, ждет смерть злодея / И сколько весит этот зад, / Узнает скоро шея», — написал средневековый поэт Франсуа Вийон, будучи приговоренным к казни. Подобные шуточки могут показаться глупой бравадой, но на самом деле юмор — способ сохранить достоинство, не подчиниться судьбе. Если мы можем посмеяться над тем, что с нами происходит, значит, можем выдержать все испытания.

Франсуа Вийон избежал смерти. Приговор был обжалован и заменен изгнанием. Интересно, что это был уже второй смертный приговор, вынесенный Вийону. Несмотря на большой талант и отличное образование, он плевал на все правила и запреты, вел довольно бесшабашную жизнь. Вийон обладал философским складом ума и смеялся над смертью. Кто знает — возможно, именно это помогло ему не только выжить, но и не сломаться. И теперь мы имеем возможность читать и перечитывать его стихи.

...Смех действует как лекарство — снижает тревожность, улучшает настроение и повышает жизнестойкость. Ученые получили доказательства того, что смех понижает уровень кортизола в организме, который часто называют гормоном стресса. Длительное воздействие кортизола разрушает наши органы, так что

его снижение помогает сохранить не только психическое, но и физическое здоровье.

Смех укрепляет иммунную систему, расслабляет мышцы, улучшает кровообращение и защищает от сердечных заболеваний. При искреннем смехе в нашем организме выделяются эндорфины, именно это объясняет, почему смех так заразителен.

Прибегая к юмору, мы можем разрядить ситуацию вокруг себя, сделать ее менее стрессовой, в том числе для тех людей, которые нас окружают, которые беспокоятся о нас.

Юмор защищает. Любой может попасть в беду, иногда виной тому просто стечение обстоятельств. И важно не то, что и почему с нами случилось, а то, как мы с этим справляемся. **Одна из стратегий — принять жестокую несправедливость как данность и попробовать посмотреть на все с улыбкой. Тогда юмор станет надежным щитом.** Но это не примитивная психологическая защита, которая лишает нас воли к действию, это броня, которая освобождает и наполняет энергией сопротивления и действия. Виктор Франкл в мемуарах писал, что в Освенциме юмор был чем-то вроде «оружия души», позволяющего преодолеть отчаяние...

...Благодаря юмору мы обретаем большую свободу и большую внутреннюю силу. Иисус Христос в Нагорной проповеди сказал: «Блаженны плачущие ныне, ибо воссмеетесь».

...Юмор помогает сохранить достоинство. Социолог Антонин Обрдлик в своей классической работе «Юмор висельника» как социологический феномен» утверждал, что юмор — **«показатель силы или боевого духа» людей, оказавшихся в нестабильной или опасной ситуации.** Он проанализировал роль юмора для стойкости граждан в своей родной Чехословакии в годы нацистской оккупации. Обрдлик предположил, что, шутя над смертью, угнетением или тяжелыми обстоятельствами, люди утверждают своеобразную форму контроля над невыносимыми условиями. Это особенно актуально для людей, живущих в условиях, когда открытое сопротивление опасно или невозможно. **«Угасание или исчезновение юмора свидетельствует либо о безразличии, либо о подавлении воли к сопротивлению злу», — писал ученый.**

Юмор непокоренных, несмотря на всю его болезненность, часто отражает также скрытую моральную позицию. Он раскрывает абсурдность насилия, страданий или смерти, подчеркивает контраст между жестокостью реальности и человеческой способностью смеяться над ней.

Антонин Обрдлик также отмечал, что в условиях нацистской оккупации юмор был серьезной спланивающей, связующей силой, он укреплял солидарность людей. Это важнейшее свойство юмора.



Олег Белоусов. Фото: Алексей Душутин / «Новая газета»

ПИСЬМО

«И перед смертью буду улыбаться!»

Олег Белоусов. 55-летний петербургский поисковик, задержан летом 2022 года по доносу. Приговорен к 5,5 года колонии общего режима за «фейки об армии» и «призывы к экстремизму».

...Письмо про юмор — это точно про меня, я вообще по жизни пофигист и особо не парюсь, как бы ни пыжились и какое бы давление на меня ни оказывали злодеи и душители свобод! Я так говорю: можете меня вывести на

берег Вятки и расстрелять, благо и отмазка есть — профучет «как склонный к побегу». **Мне фиолетово, не боюсь и перед смертью буду улыбаться в глаза! Так что Франсуа Вийон получает от меня лайк, как сейчас выражается молодежь.** С юмором просидел в ШИЗО, тем более это плюс к политической репутации! Сейчас в СУС — строгие условия содержания. Хочется побольше позитива, сейчас и так кругом ненависть, подлость и ложь... Всем политзаключенным от меня по привету — и улыбайтесь, несмотря ни на какие невзгоды и давление. Вы уже в истории, а подлецы так и останутся подлецами! Миру — мир!



Сергей Дудченко. Фото: соцсети

ПИСЬМО

«За всех, кто в ушанках!»

Сергей Дудченко. *Писал антивоенные посты в соцсети и устроил мотопробег с украинским флагом. Задержан 8 октября 2022 года. Приговорен к 7,5 года колонии по статьям о хранении и сбыте оружия (ч. 1 и ч. 2 ст. 222 УК РФ), хранении взрывчатых веществ (ч. 1 ст. 222.1) и наркотиков (ч. 2 ст. 228).*

Откладываю в сторонку свое занятие по художественной лепке хлебным мякишем и приступаю к написанию ответа. Конечно, без юмора в нашей жизни никуда, я вот очень люблю посмеяться и послушать смешные истории. Насчет позитива и улыбок впереди планеты всей Индия. Как бы ни была тяжела жизнь, как бы их ни мучил голод и нищета, они всегда улыбаются и много смеются, а их веселое кино — отдельный вид веселого искусства! Я заказал двойной лаундж-чифир у нашего чайного сомелье Вовки и поднимаю за всех, кто в ушанках (шутка, я терпеть не могу эту горькую дрянь).

Улыбка — наше знамя, и мы несем его, гордо подняв к небу! С теплом в душе и благодарностью.



Михаил Жариков. Фото: соцсети

ПИСЬМО

«Смех — это то, что победит дубину!»

Михаил Жариков. Житель Нижнего Новгорода, осенью 2023 года приговорен к 6 годам колонии общего режима за распространение военных «фейков» по мотивам ненависти (п. «д» ч. 2 ст. 207.3 УК), публичное оправдание терроризма (ч. 2 ст. 205.2 УК) и два эпизода реабилитации нацизма (п. «в» ч. 2 ст. 354.1 УК).

Огромное спасибо за письмо. И, честно сказать, этой теме я ждал давно. **Юмор — это и оружие, и средство**

защиты. Это как мечта: та условная единица, которую нельзя отнять или арестовать. Из своих наблюдений добавлю, что попасть под наковальню смеха боится каждый.

По мне, сарказм — это лучший разоблачитель и главный визави абсурда. Достаточно вспомнить Умберто Эко или Ярослава Гашека. «Швейк» — такой постулат «прожарки» или разоблачение всех этих пенитенциарных институтов. Если сравнивать «1984» Оруэлла и «Швейка» Гашека, я убежден, что Гашек более убедительно забил гвозди в ту проблему, которую освещали оба автора. Смех — то, что победит дубину (хотя он дико опасен для носителя), а вкупе с интеллектом — это мощнейшая сила.



Антон Жучков. Фото: Сота

ПИСЬМО

«У меня все хорошо, сижу в тюрьме»

Антон Жучков. Житель Омска, приговорен к 10 годам лишения свободы за «разработку плана поджечь автозак в ходе несанкционированной акции протеста» в марте 2022 года в центре Москвы.

Да, юмор действительно, по моим ощущениям, помогает снижать уровень кортизола, который особенно давит по утрам. Проснешься, бывало, утром, а вокруг осужденные, глянешь в зеркало — и там тоже! Заодно

полезно и над собой смеяться и без злобы относиться к чужому юмору, чувствовать его невраждебность. У меня все хорошо, сижу в тюрьме! Уже говорил, что изучаю буддизм. Так вот, многие истории о Гаутаме или мастерах дзэн тоже воспринимаю как анекдот. И как сказал Будда Шакьямуни пришедшему его оскорблять брахману: «Словно сладости, которые не приняты и остались у дарителя, так и я не принимаю твои оскорбления, и они остаются у тебя».

ПИСЬМО

«Мы защищали себя смехом»

Никита Коломийко. Весной 2024 года Центральный окружной военный суд приговорил уфимцев Руслана Богданова, Данилу Хакимова, Илью Лугового и Никиту Коломийко к срокам от 9 до 18 лет лишения свободы по делу о террористическом сообществе. Их признали виновными в «прохождении обучения с целью осуществления теракта» и в подготовке теракта группой лиц. Коломийко получил 9 лет тюрьмы.

Когда нас только задержали с ребятами, мы очень много смеялись, причем даже над тем, что не особо смешно. Помню, едем, и один из друзей говорит: «Как нахлопают по 15 лет, вот прикольно будет». Я говорю: «15 — ничего, а с 20 конкретно вспотеем». Мы просто защищали себя юмором, смехом, мы спасались тогда им. Что касается

снижения кортизола смехом, это как никогда в точку. Отличный пример: псориаз возникает и у того, кто не связан с наркотиками и алкоголем, и у того, в чьей семье никто не болел, так как одна из причин его возникновения — нервы, переживания. Я сидел с человеком, и когда он нервничал (даже немного), у него начиналось обострение, а в спокойной и веселой обстановке все намного легче. У моего родного и близкого человека из-за сильного стресса появилась «крапивница», тоже кожное заболевание. В общем, нервы очень сильно могут вредить, это точно. В стрессовых ситуациях нужно очень аккуратно подбирать не то, что шутки, а даже элементарные слова.



Иван Любшин. Фото: соцсети

ПИСЬМО

«Относиться с юмором — это антиутопия»

Иван Любшин. В марте 2020 года приговорен к 5 годам и 2 месяцам колонии за комментарий в соцсети о взрыве в Архангельском УФСБ, который был расценен как оправдание терроризма.

Действительно, к происходящему и к этим обстоятельствам надо относиться с юмором и с иронией. Ситуация доводится (всё больше и больше) до абсурда, и это только на руку нам. Это и вызывает ухмылку (как

минимум). Знаете, здесь я часто наблюдаю проявление юмора от сотрудников. И это очень хорошо.

Когда читал «1984», мне было даже смешно. Смешно оттого, насколько это все приближено к нашей реальности, к нашей действительности. Относиться к данной ситуации с юмором — это и есть антиутопия.

Я теперь не в камере, а в отряде «строгих условий содержания», и здесь есть телевизор. По ТВ много развлекательных юмористических программ. Иногда и новостные (аналитические) программы вызывают ухмылку, но это уже другое. **А лучшая ирония в заключении была, конечно, у Алексея. Он в этом чемпион.**

Смешно мне было наблюдать за усиленным вниманием к американским выборам. Там выиграл эксцентрик. Все рады. Но непонятно чему. Ну здорово, может, заживем...



Велимор Меркулов. Фото: eanews.ru

ПИСЬМО

«Вийона оценили всей камерой»

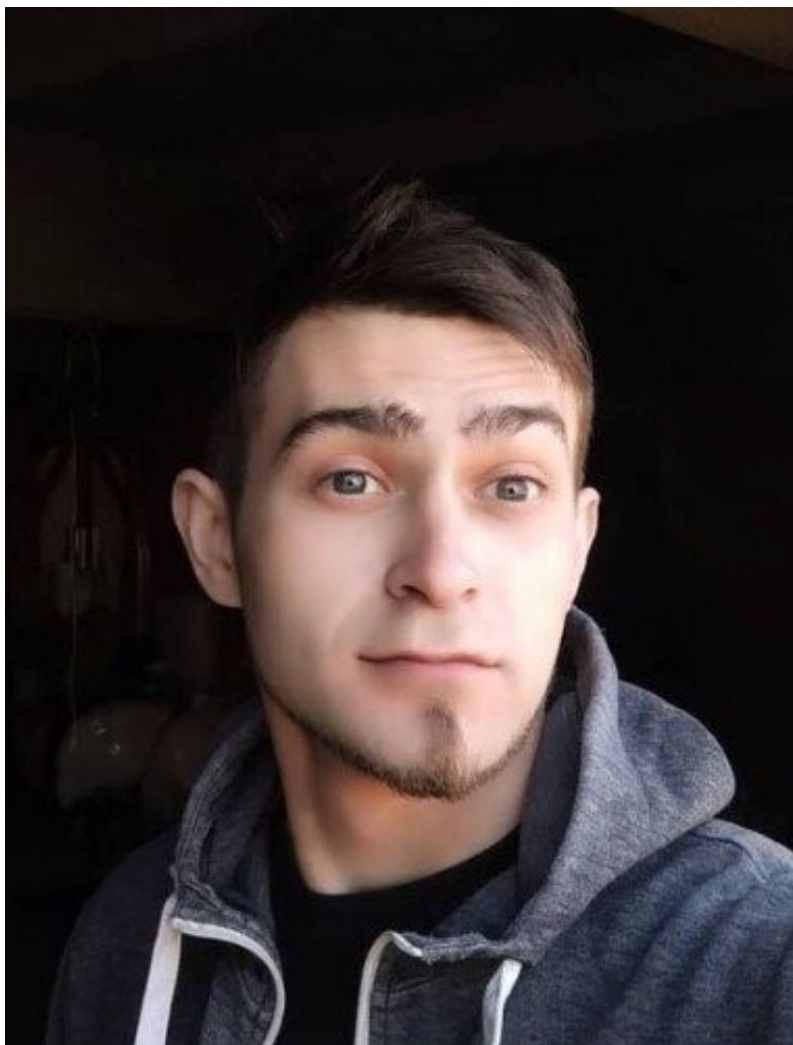
Велимор Меркулов. *1 марта 2024 года приговорен к 13 годам колонии строгого режима по статьям о госизмене (ст. 275 УК) и об оправдании терроризма (ч. 2 ст. 205.2 УК). Оправдание терроризма Меркулову вменили из-за публикаций в соцсетях.*

Прочитал ваши рассуждения о значимости юмора для позитивного отношения к жизни в тюрьме. И тут не поспоришь. Я сам был переведен к сумасшедшему

старику, который, когда слышал из коридора или через вентиляцию смех из других камер, ворчал недовольно: мол, если бы знали, что ждет их в следующей жизни, то не смеялись бы.

Сидел я с этим кадром очень тяжело, за все время он смеялся раза 2-3, но и я не стремился с ним травить шутки. И вообще меня посадили с ним, потому что с ним никто не хотел сидеть, а одного его нельзя держать. Но сейчас сижу с ребятами с нормальным чувством юмора, втроем сидим. Следим за новостями, обсуждаем юридические особенности исполнения законов, пишем письма и заявления, ждем разрешений на звонки от судов, читаем определения из Советского энциклопедического словаря.

Четверостишие Франсуа Вийона оценили всей камерой, самоирония высочайшего уровня! Спасибо вам большое.



Денис Нарольский. Фото: соцсети

ПИСЬМО

«Вы забыли, где находитесь?»

Денис Нарольский. *Житель Крыма, осужден по статьям о дезертирстве и госизмене на 18 лет тюрьмы.*

Могу с уверенностью сказать, что юмор — одна из важнейших составляющих моей жизни. Не спору, не всегда получается шутить, но зачастую все же пытаюсь найти повод для веселья. Еще в школьные годы мы с друзьями выступали практически на всех мероприятиях, показывая разные миниатюры. Мы и по сей день

вспоминаем различные забавные случаи из жизни. Сарказм мы прокачали по максимуму, так же, как и умение смеяться над самим собой.

В любом коллективе всегда старался найти такого же балбеса, как и я сам. В тюрьме тоже находил таких людей, но чаще всего нам прилетали претензии от инспекторов по типу: «Вы чего там смеетесь? Забыли, где находитесь?» Видимо, по их мнению, мы должны грустить 24/7. Ну нет уж, так неинтересно.



Сергей Озеров. Фото: соцсети

ПИСЬМО

«Пошутил — и накал спадает»

Сергей Озеров. *В 2019 году приговорен к 8 годам лишения свободы за приготовление к совершению теракта — по версии следствия, собирался во время народного схода 5 ноября 2017 года поджечь здания органов власти.*

Жить в постоянном негативе, расстройстве невыносимо. И смех, юмор помогают с этим неприятным чувством бороться, избавиться от него. И те, кто умеет вызвать смех у окружающих, притягивают, с ними проще и легче общаться. И я не раз замечал, когда точка кипения достигла максимума, кто-то начинает шутить — и накал спадает.

Расскажу историю, которая произошла со мною. Это было в ЛИУ-12, когда меня лечили от туберкулеза. Мы играли в шахматы, в такие моменты я не замечая, что происходит и что говорят. Рядом поставили кварцевую лампу, и меня спросили, не мешает ли она? Мне ничего не мешает, когда я чем-то сильно увлечен. Среди ночи от сильной боли я не смог открыть глаза, боль была ужасная, и я подумал, что я совсем ослеп.

Вызвали дежурную смену, и меня под руки повели в другой корпус, я был сильно напуган, а врач была сильно недовольна, что ее подняли среди ночи. Хорошо, что экстренно привезли еще одного з/к. Меня положили на кушетку, сделали несколько уколов и закапали в глаза капли. В не очень доброжелательном тоне врач спросила меня, что я чувствую, не возвращается ли ко мне зрение. В этот момент она стояла надо мной, и, как в кино, муть

в моих глазах стала рассеиваться, и я увидел лицо врача. Я с восторгом ответил: «Зрение восстановилось! Я увидел, какая вы красивая!» Она рассмеялась, и все те, кто был рядом. А я вдвойне был счастлив.



Карина Цуркан. Фото: Александр Авилов / АГН Москва

«Ощущение нормальности в ненормальных обстоятельствах»

Карина Цуркан. Бывший член правления «Интер РАО», получила 15 лет колонии по делу о шпионаже. Защита связывает ее преследование с конфликтом Цуркан с властями Приднестровья.

Тема юмора — очень актуальна. Я всегда любила посмеяться, а в первую очередь — над собой. Тут же это — жизненная необходимость. Как раз на днях, как это у меня бывает, я посмотрела на «момент» чуть извне, чуть сверху. Конец недели, конец рабочего дня, вечерняя поверка, мы стоим на улице, ждем, когда нас проверят, в строю тут и там раздается жизнерадостный легкий смех, взаимные подколки, живое обсуждение и опять смех.

Смех, юмор сохраняют ощущение нормальности в ненормальных обстоятельствах. Конечно, очень не хватает тех, кто с тобой на одной «юмор-волне», кто понимает тебя с полуслова, считывает шутку при сохранении серьезной мины. Меня спасает переписка с друзьями, встречи с мамой. А еще смеху способствуют... запреты. Вспомните школу, строгую учительницу и полную невозможность сдержать смех. Тут строгих хватает.

Еще один момент: по прибытии в колонию я была поражена, насколько безгранична жестокость высмеивания: внешности, национальности, возраста, срока, дефектов, болезней, инвалидностей, хотелось броситься на защиту, но «жертва» начинала хохотать. Сейчас мне сложно представить себе что-либо выраженное словесно от любых людей, кроме близких, что могло бы даже минимально задеть. Такая вот прививка.

Хочу обратить ваше внимание на еще один аспект, связанный с желанием внести нормальность в аномальное. Конечно, это свойственно больше для женских сообществ. Речь о макияже. Надо понимать, с какими сложностями связан утренний макияж в 5:00 перед работой (каждая секунда бесценна, тараканьи забеги с 5:00 до 5:20 у 70 человек, раскладывающих вещи и убирающих их, — зрелище не для нормальных). Тем большее восхищение вызывают у меня сидящие за <швейной> машинкой умело (чуть с избытком) накрашенные дамы. Вопрос «зачем тут-то» не актуален, это и есть выживание.



ПИСЬМО

«Без юмора никуда»

Дмитрий Чувилін. Бывший депутат Курултая Республики Башкортостан. Вместе с другими левыми активистами был обвинен в создании марксистского кружка («террористического сообщества»), участия в нем, и в попытке насильственного захвата власти.

Без юмора, конечно, никуда. Мы здесь тоже постоянно друг друга разыгрываем. То предлагаем соседу записаться в бассейн, то в футбольную команду, хотя ни того, ни другого здесь нет. Снаружи, до того, как попасть в застенки, я любил подшутить над чиновниками, мог подарить под камеры мочалку, чтобы кто-то отмылся от коррупции. 12 апреля почти каждый год проводили «День Башкирской космонавтики», отправляли на бутафорской ракете на гелиевых шариках очередного проштрафившегося чиновника в космос.

На Новый год я, нарядившись Дедом Морозом, возвращал в приемную «Единой России» их подарки в виде «повышения цен, тарифов ЖКХ, коммунальных аварий, заявляя: «Такие подарки нам не нужны». В башкирском Центризбиркоме мы с собаками искали недостающую явку в 146%, 80% явки нам показались недостаточными. Видимо, не всем чиновникам наши шутки нравились, не все оценили юмор, может, поэтому я здесь, за забором, и оказался.

К сожалению, в силу ограниченности некоторые воспринимают критику и юмор как личное оскорбление. Но зато такими шутками удавалось привлечь внимание к проблемам людей, многие из них удавалось решить. Одну проблему не удалось решить — политические репрессии; хотя как-то раз я вышел осенью в костюме Деда Мороза и поздравил уфимцев «С Новым 1937 годом!». Юмор в этом случае не сработал. Но, может, сработает когда-нибудь что-то другое. Стены рухнут!

Подготовила **Ольга Алленова**

ЧИТАЙТЕ ТАКЖЕ:



[«Когда я выйду, все там будет совсем иначе»](#)

Письма политзэков «Новой газете»

17:07, 5 ноября 2024,