

18+

ИСТОРИИ

из женских дневников



Татьяна Седова

Татьяна Седова

Истории из женских дневников. Практическое руководство для улучшения качества жизни современных женщин

*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=43018013
ISBN 9785005003263*

Аннотация

НЕЗАКОННОЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИЧЕСКИХ СРЕДСТВ, ПСИХОТРОПНЫХ ВЕЩЕСТВ, ИХ АНАЛОГОВ ПРИЧИНЯЕТ ВРЕД ЗДОРОВЬЮ, ИХ НЕЗАКОННЫЙ ОБОРОТ ЗАПРЕЩЕН И ВЛЕЧЕТ УСТАНОВЛЕННУЮ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВОМ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ. Эта книга – руководство для женщин, которые не любят длинных рассказов, но стремятся улучшить качество жизни. Судьбы героинь такие разные, как и их характеры, но женская мудрость помогает им сделать верный выбор на перепутье. Истории с практическими заданиями в комплексе дают удивительный результат: эмоции, осознание, саморазвитие. Важно найти равновесие внутри себя, и для этого есть целый ряд способов и упражнений, с помощью которых вы сможете понять себя чуточку лучше.

Содержание

Прошлое нас догоняет	5
Его имя везде	16
Жизнь продолжается	23
Любовь побеждает всё	37
Неужели всё повторяется	47
Конец ознакомительного фрагмента.	52

**Истории из женских
дневников**

**Практическое руководство
для улучшения
качества жизни
современных женщин**

Татьяна Седова

Редактор Наталья Астанина

Корректор Индира Салихова

© Татьяна Седова, 2019

ISBN 978-5-0050-0326-3

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Прошлое нас догоняет

Валя вот уже два месяца не может нормально спать. Мысли, которые постоянно вертятся в голове, не дают покоя. Информация, которую она узнала, могла изменить не только её жизнь, но и жизнь её родных. Как поступить сейчас? – этот вопрос её мучает даже во сне. Конечно, она приняла решение, но как его преподнести – ещё не знает.

Два месяца назад, перебирая свои старые книги, Валя решила отдать их в благотворительный фонд. Да ещё и те книги, которые она принесла домой после смерти мамы. Слишком много их накопилось, давно все перечитаны и уже особо не нужны. Девочки её отказались что-то брать себе, объясняя, что в век интернета проще почитать электронную или послушать аудиокнигу.

Прежде чем сдать, она решила перетряхнуть все странички: вдруг найдутся какие-нибудь детские рисунки или папина записка. И вот из одной книги выпал пожелтевший листок, исписанный знакомым родным почерком. Увидав его, Валя даже чуть вздрогнула, но в то же время обрадовалась, ведь это почерк её младшей любимой сестры.

«Валечка, милая, родная моя сестрёнка, прости меня. Я на коленях тебя умоляю меня простить. Я не могу тебе это сказать, поэтому пишу, в надежде, что ты случайно на-

ткнёшься на это письмо и поговоришь со мной, тогда я уже не смогу молчать и извинюсь ещё раз. Любимая, прости, что я так поступила, я даже не знаю, как это произошло, всё как-то случайно. Помнишь, я пропала тогда на два месяца – я не могла смотреть тебе в глаза, но потом появилась, так как не могла без тебя, без твоего общения, без твоих советов, я очень люблю тебя. Прости меня».

Валя читала и не могла поверить своим глазам. Её младшая сестра писала исповедь, посвящённую ей.

Они с сестрой были очень дружны. Этому способствовали и разница в пять лет, и дружная семья, и прекрасные отношения между родителями. Они были очень похожи между собой, много общих увлечений, интересов, даже книги любили одни и те же.

Окончив школу, Валя уехала учиться в соседний город и уже на четвёртом курсе вышла замуж за Виктора. А когда она успешно устроилась на работу, её младшая сестра поступила в институт в этом же городе. И Валя с мужем решили, что, пока она учится, пусть лучше живет с ними, чем в общежитии. А когда появится ребёнок, будет им помогать.

Так и случилось: Валя родила, быстро вышла на работу, и все дружно возились с маленькой Лариской. Так как Валя с мужем работали в разные смены, а на подхвате всегда была младшая сестра, проблемы, с кем оставить Лариску, не было вообще. Жаль, что родители не могли часто к ним приез-

жать.

Время, казалось, бежит очень быстро, и вот уже пятый курс, и младшая сестрёнка совсем не маленькая девочка, а взрослая девушка. У неё уже появился друг, и у них серьёзные отношения. И уже она не всегда ночует дома, а чаще остаётся у друга. Мечтает выйти за него замуж, родить ребёнка и уехать в свой родной городок работать врачом.

И вот долгожданная защита, и получен диплом, и выпускной, который они решили группой отметить в ресторане.

Придя с работы в этот день, Валя не увидела вещей сестры. По телефону сестра сообщила, что решила сразу начать самостоятельную жизнь и совсем съехала от них.

Она переехала к другу, устроилась на работу и почти два месяца не появлялась у неё, объясняя это занятостью на работе и новой семейной жизнью. На такой длительный срок они никогда не расставались. Валя столько раз предлагала встретиться, но у сестры всегда были отговорки, и встреча откладывалась.

Через два месяца сестра позвонила и сказала, что переехала к родителям, устроилась здесь на работу и очень хочет встретиться. Валя приехала и узнала, что сестра рассталась с другом: он бросил её, узнав, что она беременна. Сказав, что заводить ребёнка рано, что пока нет для этого условий и надо ещё немного пожить для себя, он предложил сделать аборт.

Сестра была в замешательстве и очень ждала совета от своей родной Валентины. Когда они встретились, сест-

рёнка долго обнимала её, просила прощения, плакала. Валя обняла её и сказала: «Глупенькая, я всё понимаю, самостоятельность вскрыжила тебе голову, и хотелось быть совсем взрослой. Я не сержусь, но давай больше не теряться на такой длительный срок». На семейном совете решили, что нужно рожать и что ребёнка все дружно помогут вырастить.

Сестра родила девочку, которую назвала Викой. Сначала помогали родители, а когда их не стало, Валя украдкой от мужа помогала сестрёнке то деньгами, то вещами. Конечно, муж всё видел и иногда высказывал, что он не должен содержать две семьи, что пора бы сестре выйти замуж и жить самостоятельно. Но кандидата в мужа всё не было, и сестра так и жила вдвоём с дочкой. Сёстры часто встречались, и две их хорошенькие девочки также росли как две родные сестры, очень похожие друг на друга.

Чем больше времени Валя уделяла своей дочке и племяннице, тем холоднее становились отношения с мужем. Они по-прежнему жили вместе, но пропасть между ними становилась всё больше и больше. Не стало какой-то связывающей ниточки, вроде бы и вместе, а как будто совсем чужие. Они не ссорились, не ругались, а просто существовали вместе.

И вдруг эта Беда. Сестра попала в аварию и погибла на месте. Боль, невыносимая боль потери поселилась в доме. Горе, которое невозможно передать. Слезы не высохали на глазах, а нужно было как-то держаться, чтобы поддержать Вику. Ведь девочка осталась совсем одна. Конечно, Валя никогда

её не бросит, но остаться в двенадцать лет сиротой – это чудовищно. Вика раньше спрашивала про своего отца, но тогда ей сказали, что он разбился на мотоцикле, когда её мама была беременна. Это было на севере, там его и похоронили. Отец Вики был из детского дома, поэтому у неё не было бабушки и дедушки со стороны отца.

Валя нашла бывшего друга своей погибшей сестры и всё ему объяснила, но он отказался встречаться с дочерью и вообще не хотел ничего про неё знать.

Валя забрала Вику к себе, оформила документы и стала растить её как свою вторую дочку. Муж вскоре ушёл от неё, сказав, что не намерен воспитывать чужого ребёнка. Расстались они спокойно, сохранив дружеские отношения. Он всегда помогал своей дочке, очень часто с ней встречался, а так как Лариса и Вика были очень дружны, то встречаться приходилось с ними обеими. Лариса везде таскала Вику за собой, особенно когда шла на встречу с отцом, объясняя это тем, что Вика тоже должна почувствовать, что её любят и о ней заботятся. Когда они встречались втроём, отец Ларисы не делал различия между ними, а баловал обеих одинаково, благо финансы позволяли. Вскоре отец купил Ларисе квартиру, а квартира Валиных родителей досталась Вике.

«Валечка, родная, я пишу это письмо, потому что никогда не смогу произнести это вслух, прости меня, но я переспала с твоим мужем после выпускного. Я пришла доста-

точно выпившая, мне очень хотелось прийти домой и отметить этот день именно с вами, но я совсем забыла, что ты на смене. У меня было вино, и мы выпили. Как всё произошло, я помню с трудом. Когда я проснулась утром, то поняла, что совершила ужасный грех, ужасный поступок, за который мне никогда не будет прощения. Я собрала вещи и тут же съехала. С твоим мужем мы никогда не поднимали эту тему, как будто ничего и не было. Прости меня, родная».

Дочитав до конца эту исповедь, Валя не смогла произнести ни слова. Злость, обида, боль – всё перемешалось, и в то же время сожаление, что сестры нет рядом. Она бы всё простила, только бы её вернуть. Но уже прошло восемь лет после её смерти, а Вика стала для неё родной младшей дочкой.

Вскоре после того как Вале открылась тайна её сестры, она встретилась с Виктором на дне рождения Ларисы. Валя поговорила с ним о том случае. Он подтвердил, что они напились, и как это произошло, он даже не помнит. Какая-то глупая случайность, о которой он сразу забыл. Валя предложила сделать тест на отцовство, ведь Вика чем-то была похожа и на него, и на Ларису. Валя и раньше обращала внимание на сходство Вики и Ларисы, но значения этому не придавала.

Виктор был шокирован её предложением, но всё же согласился – слишком много доводов Валя ему привела.

И вот сегодня она получила результаты ДНК. Да, её сомнения подтвердились: Вика – дочь Виктора!

Её сестра даже и не предполагала этого, она считала отцом ребёнка своего бывшего друга. Такой поворот событий и вывел Валю из равновесия, вот отчего она потеряла сон и покой. Как рассказать Вике, что отец всегда был рядом? Как вообще это произошло? Как такое вообще могло случиться? Вика и Лариса – родные сёстры по отцу!

Что делать дальше? Как себя вести? Как рассказать? Конечно, можно оставить всё как есть, Вика уже взрослая, она привыкла, что у неё нет родителей, а есть Валя, которая и вырастила её, практически как мама.

Вика позвонила Виктору, и они решили встретиться.

Сказать, что Виктор был в шоке от услышанного, это ничего не сказать! Двадцать лет он жил рядом с девочкой, которую знал с рождения, но даже не подозревал, что она его дочь! Он приобрёл ещё одну дочку!

Но как объяснить это девочкам? И они придумали историю, как всё произошло. Такую историю, в которой никто не пострадает и главное – доброе имя сестры. Просто у её младшей сестры были проблемы со здоровьем и затягивать с рождением ребёнка было опасно, вот поэтому она и решилась сделать ЭКО. А Виктор оказался случайным донором. Случайность, которая обернулась счастьем. История же с папой из детского дома – просто выдумка, чтобы как-то объяснить девочке её происхождение.

Единственное, что они точно знали, так это то, что любовь к девочкам поможет исправить все ошибки. Любовь поможет преодолеть все преграды и скрепить ещё больше родные узы. Любовь творит чудеса! С чистым сердцем и большим желанием можно любую проблему решить легко и просто! Они будут счастливы все вместе, ведь найти настоящего отца, про которого раньше не знала, а ещё и приобрести живых бабушку с дедушкой – это тоже большое счастье!

Вот такой подарок получила Вика в день своего двадцатилетия. Всё у них сложилось хорошо! Вика была счастлива, что нашла новую семью, а Лариса радовалась, что они родные!

Закрой глаза и пофантазируй о своём идеальном дне, можешь включить приятную музыку, а затем опиши всё представленное здесь: как и где ты просыпаешься, в чём, с кем, кто дома, что делаешь потом и т. д.





Его имя везде

Она слышала его имя везде: в рокоте волн, в дуновении ветра, в шорохе листьев.

Вера была самой счастливой, ведь они с Андреем решили пожениться и обвенчаться сразу после ЗАГСа.

И вот он, долгожданный день!

Праздник!

Гости!

Друзья!

Родные!

Свадьба!

Венчание!

И они, самая красивая пара. Выпив шампанского после регистрации, они всем кортежем поехали в собор. Красиво украшенные машины, солнечная погода, влюблённая пара – всё предвещало весёлую свадьбу.

Ехать нужно было за город, там был самый красивый храм, в котором проходили обряды венчания. Прохожие оборачивались вслед проносящимся украшенным машинам.

Но что это?

Визг тормозов!

Скрежет металла...

Машина с молодожёнами потеряла управление и от удара вылетела на полосу встречного движения, где начала кру-

титься как игрушечная, набирая обороты. Вера только шептала: «Всё будет хорошо». Она крепко вцепилась в руку Андрея, и, когда машину выбросило в кювет, где они перевернулись несколько раз, в душе был жуткий ужас. В голове только одна мысль: «Всё будет хорошо». Эти минуты показались одним мигом. Когда она пришла в себя, первое, что увидела, – её белоснежное платье, залитое кровью, и широко открытые безумные глаза Андрея, у которого из виска вытекала струйкой кровь.

Она не помнит, как их вытащили, сколько прошло времени. Кругом люди, знакомые, родные, которые ехали за ними. Крики, стоны и плач. Дикий плач! Это плакала мама Андрея.

Почему она так кричит, ведь с ним всё хорошо – она видела его открытый взгляд.

А где он?

Почему он к ней не подходит?

И тут она увидела его. Что с ним?!

Почему его укрыли вместе с лицом?

Она бросилась к нему и только тут поняла, что он не дышит.

Стон вырвался из её груди, она тормозила Андрея, крича, чтобы он встал, что он не может так с ней поступить, что он не смеет её оставлять. Она испытала такую сильную боль, боль душевную, которая не сравнится ни с какой физической болью. Она кричала, плакала, рвала на себе свадебное платье, не веря в то, что произошло. В конце концов она не вы-

держала и потеряла сознание.

Очнулась она в больнице. К душевной боли добавилась физическая: три сломанных ребра, сотрясение мозга и многочисленные ушибы. Как это она сразу не почувствовала, она до сих пор не понимает.

Андрея не стало, а вместе с ним не стало и её. Она не представляла себя без него. Они восемь лет были неразлучны и так хорошо знали друг друга. Они танцевали вместе спортивные парные танцы. Разлучались только на время уроков, поскольку учились в разных школах, а после школы – танцы. И опять они вместе. А последний год они жили вместе, настоящей семьёй.

Они были такой счастливой парой, что, глядя на них, можно было подумать, что они знакомы только пару месяцев. И вот они решили пожениться и обвенчаться, чтобы и их души были всегда вместе.

Как он с ней так поступил? Они ведь ехали венчаться. «Почему это произошло до венчания? – думала Вера. – Ведь теперь наши души не встретятся. Почему так было угодно судьбе?»

После выписки из больницы она не знала, как ей дальше жить, что делать. О танцах речь уже не шла. В один миг она поняла, что танцам больше нет места в её жизни. Она не сможет войти в зал, где нет её любимого Андрея.

Она с раннего детства занималась танцами, она всегда мечтала танцевать, и её мечта сбылась. Танцы – это её про-

фессия. А теперь она даже думать о них не могла и не хотела.

И вот уже прошло три года, как нет её Андрея. Она шла по аллее парка.

Что это?

Она слышит, как красиво поют птицы, а ветер перебирает листья деревьев и поёт свою песню.

Она не слышит больше его имя... Она слышит шум ветра и пение птиц, и на лице её появляется улыбка. Первая улыбка за все эти три года. И только сейчас она поняла, что она-то не умерла. Она жива! Жизнь дана каждому одна, и нужно жить, радоваться, любить, рожать детей! Никто не говорит, что нужно всё забыть, но это прошло.

Можно любить и вспоминать добрыми словами, благодарить за то прекрасное время, но жить нужно полной жизнью. Жить за себя, не проживая чужую жизнь. Нужно снова любить и не сравнивать то, что было, и то, что есть.

Она ожила. Не удержалась и закружилась прямо на аллее, случайно встретившись взглядом с молодым человеком, который смотрел на неё и улыбался в ответ.

То чувство, которое вдруг возникло, нежностью растеклось по всему телу. Казалось бы, просто взгляд, улыбка, а как много это значит.

Через год у Веры и Максима родилась двойня. Счастье вернулось!

Жизнь прекрасна! Если веришь в прекрасное!

Этот список ты всегда сможешь использовать, когда

[illegible]This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.





Жизнь продолжается

– Просыпайся, ну просыпайся уже! Дочка, открой глаза! Тебе пора просыпаться! – слышала она голос мамы где-то далеко-далеко и ощущала лёгкое поглаживание по руке.

Но зачем, зачем ей нужно просыпаться? И почему вдруг мама пытается её разбудить? Ведь ей так хорошо здесь, тихо и спокойно. Просто тихо-тихо, и нет проблем, правда, темно, но зато спокойно.

Но голос звучал всё настойчивее.

– Открой глаза, дочка, ты слышишь меня?

Юля с трудом открыла глаза. Она никак не могла понять, где она.

А где мама?

Кто эта женщина, и почему она гладит её руку и называет дочкой?

Но почему-то руку убирать не хотелось. Это была мягкая нежная рука. Юля с трудом огляделась, и тут она поняла: она не умерла! ОНА в больнице!

«О ужас!» – пронеслось в голове.

И эта женщина, от которой веяло теплом и каким-то волшебным притяжением, совсем не мама.

А ведь голос, как ей казалось, она слышала мамин.

– Ну, слава богу, очнулась! Дочка, разве можно так не дорожить своей жизнью? Зачем так? Ведь всё можно испра-

вить, поверь!

Она гладила и гладила Юлькину руку и всё приговаривала и приговаривала приятным голосом. Это была пожилая женщина невысокого роста, с седыми волосами, чем-то сильно притягивающая к себе. К ней хотелось прижаться, и просто поплакать, и получить капельку тепла и доброты. Такие люди редко встречаются, которые бескорыстно могут дарить себя. Нина Сергеевна, санитарка этого отделения – очень добрая и отзывчивая женщина. Её любили все в отделении, а она ко всем относилась как к родным детям. Она давно была на пенсии, но продолжала работать, и все были этому очень рады. Её старались не загружать, но понимали, что ей лучше на работе, чем дома.

Нина Сергеевна всё гладила и гладила Юлину руку, пока Юля окончательно не пришла в себя.

«О-о-о, этот кошмар ещё не закончился, зачем – зачем ей жить? И как?» Ей хотелось забыться и не просыпаться совсем.

После осмотра доктором и очередного укола Юля уснула спокойным сном.

Утром, открыв глаза, она снова увидела эту женщину, которая искренне ей улыбнулась.

– Доброе утро, дочка! Как спала, как себя чувствуешь? Я вот тебе бульончик сварила, попей, тебе это сейчас полезно.

«Я не дочка вам», – хотела она сказать, но не смогла. Вот уже три года её так никто не называл. Нина Сергеевна при-

села на краешек кровати и тихо произнесла:

– Не держи всё в себе, расскажи, тебе станет легче. Нельзя боль и обиду держать в себе. Обида превратится в большой ком и убьёт тебя. Убьёт не физически, а морально. Станет дышать тяжело, и не появится радости и счастья в жизни. Всё будет казаться мрачным и серым. Я смогу тебя понять, доверься мне.

Когда три года назад разбилась её дочка с другом на мотоцикле, Нина Сергеевна, казалось, умерла. Жить не хотелось, жизнь тогда остановилась. Боль и обида были такие сильные, что мир перестал существовать. Только благодаря коллегам и её племяннику она продолжала жить.

В её словах не было любопытства, было желание помочь этой девушке. Она видела, как ей плохо, и всем сердцем хотела помочь. Ведь случилось что-то серьёзное, раз она решила свести счёты с жизнью. Нина Сергеевна знала, что такое боль, и не хотела видеть страдания этой девочки. А может, ей ещё можно помочь, ведь сама Нина Сергеевна живёт.

Незаметно для себя Юля стала говорить. Три года назад у неё погибли родители. Это был ужасный удар. Родители, которые обожали свою дочку, старались сделать для неё всё. Она росла в обычной семье. Юля была единственным ребёнком.

Юля окончила школу, затем институт и благополучно устроилась на работу. Родители даже поменяли квартиру, чтобы жить ближе к Юлиной работе. Теперь у них была но-

вая полногабаритная квартира. Купили её машину...

И вдруг их не стало. В один день и сразу двоих. Жуткая авария, в которой пострадали сразу пять человек. Пять человек, ушедших навсегда из жизни. Это были её родители, которые ехали на своей машине, девушка с парнем на мотоцикле и проходящий мимо мужчина. И всё из-за грузовика, в котором находился пьяный водитель.

Юле казалось, что она не сможет это перенести, но боль постепенно отходила, а жизнь продолжалась. Юля всё так же работала, занималась любимым делом: составлением смет, проверкой актов и различной другой документацией. Жила в своей квартире и ждала принца на белом коне.

Обедать она обычно ходила в соседнее кафе: там была приятная атмосфера, современный дизайн и очень вкусная кухня. И вот в один из таких обеденных перерывов в кафе к её столику подошёл Он.

– Вы не будете против, если я присяду?

Юля подняла глаза. Какой красивый мужчина. В душе что-то встрепенулось.

– Нет, – Юля огляделась: практически все столы были заняты.

– Олег, – представился он. – Приятного вам аппетита!

– Юля, – только и смогла вымолвить она.

Олег пообедал, извинился, встал и быстро вышел. Юля видела, как он сел в дорогую машину, припаркованную прямо у кафе. Высокий, красивый, темноволосый, с карими гла-

зами, в дорогом костюме – он не мог не запомниться. Она не смогла нормально доесть свой обед – Олег так и стоял у неё перед глазами.

На следующий день Юлька не могла дожждаться обеда. Надеялась, что снова увидится с ним. Но увы, в этот день он так и не пришёл. Он появился через неделю. Зашёл в кафе, когда она уже заканчивала обедать. Увидев её, Олег улыбнулся своей обаятельной завораживающей улыбкой. Он смотрел на Юльку так, как будто они знакомы и влюблены. От его взгляда Юля чуть не поперхнулась компотом. Он сел к ней за столик и, видя, что она спешит, предложил встретиться вечером. Юля назвала адрес своего офиса и сообщила, что заканчивает в шесть.

Работать ей удавалось с трудом: она путалась в сметах и актах. Время как будто остановилось. Она всё думала, о чём они будут разговаривать, куда пойдут. А самое главное, строго-настрога себе наказывала: ничего большего. Хотя самой так и хотелось оказаться в его объятиях. Но почему именно она? Что могло привлечь к ней внимание такого красавца? Но она быстро отогнала эти мысли. Это ведь сбылось её желание о принце. Только не на белом коне, а на чёрном «мерседесе».

Ровно в шесть Олег ждал Юлю у входа в офис. Он предложил просто погулять по набережной. Время прошло очень быстро и легко. Олег проводил её до дома. Но когда Юля предложила подняться к ней выпить чаю, он сказал, что уже

поздно, и ушёл.

Ночью Юля почти не спала, всё думала об этом чудесном вечере и о такой подарке судьбы в виде Олега. На следующий день ровно в шесть Олег снова её ждал. Так они встречались целую неделю. С ним было весело и интересно, а сколько комплиментов он говорил ей! Но после прогулки, проводив её до дома, всегда уходил. Юля даже засомневалась: может, он женат или что-то ещё? Почему он не настаивает на большем? А сама она боялась предложить что-то большее, боялась потерять эти отношения. Она так влюбилась, что ни о чём и ни о ком не могла думать, кроме Олега. И вот однажды вечером, когда они возвращались из кинотеатра, Олег наконец зашёл «на чай». С этого дня они стали жить вместе.

Он был очень внимательный и заботливый. Встречал с работы, когда был свободен. Иногда уезжал в командировки на неделю, но всегда возвращался радостный и счастливый. Жили они у Юльки. Хотя Олег, как настоящий мужчина, достаточно настойчиво предлагал жить у него, Юля переубедила его: ведь он снимает жильё, а у неё своя уютная квартира. Олег не скрывал, что здесь он в командировке. Его фирма, где он коммерческий директор, занимается строительством большого торгового центра у них в городе, и в области у него тоже есть объекты, на которые ему приходится периодически выезжать. Сам он живёт в Адлере, там у него квартира, и в этом же городе его мама. После окончания строительства он планирует уехать домой вместе с Юлей. Предложе-

ния выйти замуж он не делал, сначала нужно познакомиться с мамой, получить её благословение, и только потом они поженятся.

Однажды вечером, после ужина, раздался телефонный звонок – это была мама Олега. Он очень тепло поговорил с ней и передал трубку Юле, чтобы они познакомились пока по телефону.

– Какой приятный, молодой голос у твоей мамы, – отметила Юля.

– Да, так все говорят, – улыбнулся Олег.

После этого Юля ещё несколько раз разговаривала с его мамой – та всегда звала к себе, говорила, что скучает и очень ждёт их вместе.

Уже три месяца, как они вместе, а Юлька всё так же летает в облаках, ей очень хорошо, и она ни одной отрицательной черты не видит в Олеге. Её подруга говорила, что такого не бывает.

Но для Юли Олег был как бог! Он осыпал её комплиментами, дарил цветы, иногда водил в ресторан. Они часто гуляли, смотрели вместе её любимые сериалы. Да, это любовь, думала Юля.

Однажды вечером Олег спросил, можно ли на два дня взять её машину: ему срочно нужно съездить на объект в область, а с его машиной что-то не так, и её нужно поставить на ТО. Юлька посмеялась – как он сможет ездить на её машине после своей крутой?

– Ничего, я когда-то тоже ездил на такой же машине, – улыбнулся Олег.

Эта ночь была очень бурная и продолжительная. Утром Олег разбудил Юльку почти криком:

– Юля, мы проспали!

Как она не услышала будильник? Опаздывать на работу нельзя, у них сейчас идут сокращения, и каждое нарушение правил наказуемо. Как же она так проспала, да ещё и Олег со своей доверенностью на управление машиной отнимает у неё время. Юля быстро подписала какую-то бумажку и, не позавтракав, убежала на работу. Олег появился через день, с цветами и конфетами. Сказал, что удачно закончил объект в области. Он забрал свою машину, и всё опять было бы прекрасно, но... Юлю предупредили, что она попала под сокращение и через два месяца останется без работы.

– Это даже хорошо, через два месяца я заканчиваю здесь объект, и мы спокойно уедем в Адлер, – ответил на это Олег. – Квартиру продавать тебе нельзя, ведь это память о родителях, потом, когда поженимся, если тебе понравится в Адлере, ты сама решишь, что с ней делать.

«Настоящий мужчина, – думала Юля, – принял правильное решение». Юля была довольна и спокойна. И даже сокращение уже не пугало её.

Прошло два месяца. И вот он, последний день на работе. Юля собрала все свои вещи и со спокойным сердцем шла на встречу новой жизни. Новой жизни со своим любимым муж-

чиной. Она готова уже к переезду, мама там их очень ждёт и даже нашла новую работу будущей невестке.

Вопреки обыкновению, Юля не застала Олега дома. К тому же они собирались сегодня поужинать в ресторане. Она забеспокоилась: вдруг с ним что-то случилось, вдруг авария. Юля отгоняла от себя страшные мысли. Сколько раз она набирала знакомый номер, но слышала лишь: «Абонент недоступен». И только через час она обнаружила записку возле кровати: «Прости, не ищи меня, я уехал навсегда, встретил другую».

Ноги у Юльки подкосились. Как такое могло случиться? Она машинально позвонила подруге, но так и не смогла ничего произнести. И тут звонок в дверь, от которого Юлька вздрогнула и с радостью побежала к двери. «Это Олег, это он просто так пошутил!»

Но в дверях стояли совсем не знакомые ей люди с документами на её квартиру, где говорилось, что её квартира принадлежит им.

Такого просто не может быть! Это её квартира! Это ошибка!

И только сейчас Юля осознала, что ни разу за это время не видела документы Олега. Утром она пошла в ту строительную компанию, где якобы работал Олег. Но о нём там никто и не слышал. В регистрационной палате, где она побывала, сказали, что квартира за последние пять месяцев была продана дважды. Первый раз – по доверенности, а второй

раз – как обычно. Всё по закону.

По какой доверенности? Она никому ничего не подписывала, кроме Олега, и то доверенность на право управления автомашиной.

Как, как такое могло случиться с ней? – только и повторяла она. Сколько раз она читала про такие аферы!.. И сама же сделала такую глупость. Остаться без квартиры, без работы, без любимого человека. Это был такой удар, от которого Юля не могла оправиться. Подруга забрала её к себе, мебель вывезла в какой-то гараж. Юля как будто умерла, и однажды, оставшись одна, она выпила большую горсть таблеток – чтобы наверняка.

Нина Сергеевна всё гладила и гладила Юлькину руку. Оказалось, что в той аварии, в которой погибли родители Юли, она потеряла и свою дочь.

– Вот Бог мне снова дочку послал, – только и смогла сказать Нина Сергеевна. Она вытерла мокрые от слёз глаза, улыбнулась Юле и тепло сказала: – Собирайся домой, всё у нас будет хорошо.

Вскоре Юля действительно поселилась у этой замечательной женщины и опять была как дома, где ей тепло и уютно.

Только вот обида никак не покидала её, так и давила на грудь. Юля нашла хорошую работу, вышла замуж, и, казалось, жизнь должна была её радовать, но что-то мешало ей чувствовать себя счастливой. Она видела, что муж, Юрий, любит её всем сердцем. Он был совсем не такой, как Олег, их

даже и сравнивать не стоило – два абсолютно разных человека. Юрий – надёжный, уверенный и очень преданный. Он очень любил Юлю и старался, чтобы она просто была счастлива с ним. А когда узнал, что она беременна, носил на руках.

И вот этот долгожданный момент настал – рождение ребёнка. У Юли уже схватки. Она лежит на кушетке и выполняет все указания врачей, но почти не может вынести эту боль. И она кричит так громко, что кажется, стены дрожат.

И о чудо!

Она услышала крик своего ребёнка, и чувство любви её захлестнуло!

Стало легко дышать! Она почувствовала такую лёгкость и счастье! Оказывается, она любит Юрия, любит свою малышку, любит весь мир! Она счастлива! Поцеловав в макушку свою дочку, Юля поняла, что обиды в душе больше нет.

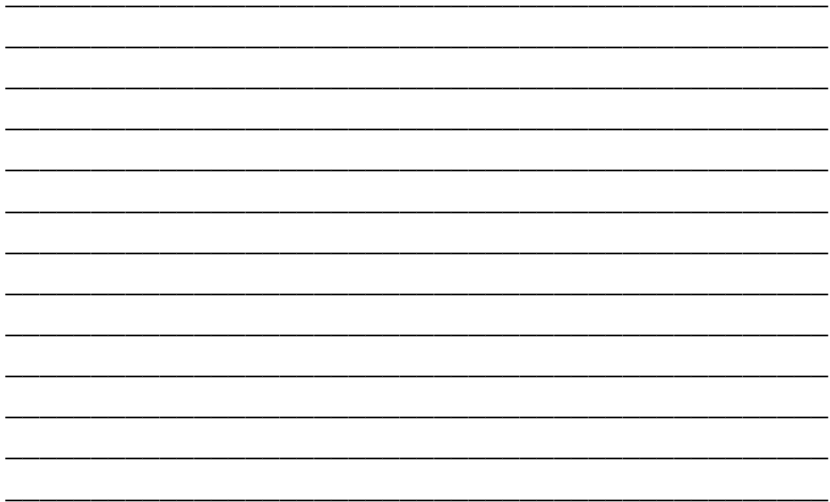
Как же была права Нина Сергеевна, когда говорила, что нужно отпустить обиду. Обиду, которая мешает жить и радоваться жизни. Как хорошо, что с ней это случилось! Теперь Юля знала, что счастье есть и уже больше никогда не покинет её.

Зачастую наша обида сидит так далеко, что мы свыкаемся и сосуществуем вместе. Но, чтобы в жизнь впустить что-то хорошее, требуется что-то отпустить. Выплесни здесь свои обиды на всех, кто приходит на ум. Пример: «Я обижаюсь на... за то, что ты...» А в завер-

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

[illegible]





Любовь побеждает всё

Оксана сидела за столиком в кафе, пила чай с жасмином и ела вкусное сметанное пирожное. Она любила здесь посидеть, помечтать. А сегодня она ждала здесь Георгия, который и открыл для неё это кафе.

Она пила чай и удивлялась, как много событий произошло за последние полтора года. Сейчас она счастливый человек. У неё есть любимый, и от этого ей так легко и радостно.

После окончания института Оксана устроилась в большую строительную компанию. Очень быстрый рост по карьерной лестнице, хорошая зарплата, уважение – что ещё нужно?

Молодая, стройная, красивая девушка легко находила общий язык и с коллегами, и с заказчиками. Очень часто большие заказы приходили именно от неё – благодаря её особенному подходу к людям.

Валерий был одним из таких заказчиков. Симпатия у них возникла с первой минуты и закончилась свадьбой.

Нельзя сказать, что у них была страсть, такая, которая пронизывает всё тело и вызывает бурю эмоций. Было уважение и понимание друг друга. Им было легко и хорошо вместе. Их всё устраивало, в том числе спокойный и размеренный секс без особой изощрённости. Бытовых проблем не было. Вскоре у них родилась дочь, а через два года – сын. Дети росли и доставляли одновременно много радости и забот.

Однажды они купили путёвки на один из ближайших курортов, решив устроить себе отдых, не уезжая далеко от дома. Но обстоятельства сложились так, что Оксане пришлось остаться на работе. Она отправила Валерия одного, в надежде, что через неделю придет к нему. Она отпускала его с лёгким сердцем: за эти пятнадцать лет в их семье не было даже намёка на ревность, не говоря уже о недоверии. Но приехать к нему у неё не получилось.

Через две недели Валерий вернулся домой совершенно изменившимся – радостный и с горящими глазами. Казалось, что он не ходит, а летает. На удивлённые вопросы Оксаны он отвечал, что просто хорошо отдохнул и у него сейчас подъём энергии и жизненной силы – даже сразу появился небольшой заказ в соседнем провинциальном городке, куда теперь придётся часто ездить.

Работа, которая так сильно увлекла Валерия, стала вносить непонятные перемены в их семейную жизнь. Валерий всё чаще и чаще не возвращался домой, секс для него стал рутинной обязанностью, а иногда он и вовсе уходил спать в другую комнату, объясняя это усталостью. Оксана настоятельно требовала, чтобы муж объяснил, что с ним происходит. Валерий сначала пытался уйти от разговора, но в конце концов сознался, что познакомился с женщиной. Он думает о ней целыми днями и ночами, мечтает быть только с ней, и сейчас он самый счастливый человек.

Оксана онемела от услышанного! Земля ушла из-под ног.

Такого поворота событий она не ожидала, и просто поверить в это невозможно. Кто хоть раз пережил измену близкого человека, тот сможет её понять.

Но как такое могло случиться? Измена! Нет, предательство! «Она отвержена! Она не любима! Она не нужна», – стучало в голове. Но как дальше жить? Как себя дальше вести? Ей было хорошо с ним, и она не хотела никаких перемен в жизни, а что теперь? В душе творилось такое смятение, что она не могла ни спать, ни есть.

Она плакала и умоляла её не бросать! Она уговаривала его всё забыть, и они снова будут счастливы вместе. Она пыталась доказать, что та женщина просто преследует выгоду, желая переехать в большой город к обеспеченному мужчине.

Между тем никаких радикальных изменений не произошло, и Валерий продолжал жить на два дома. Возвращаясь после очередной «командировки», говорил, что там порвал. Оксана радовалась, но «командировки» снова повторялись.

Обида, которая поселилась в душе Оксаны, не давала ей спокойно жить и работать. Она думала только о том, как вернуть Валерия и наладить отношения. Как вернуть то, что практически нельзя вернуть. Она стала не похожа сама на себя: опущенные плечи, тусклый взгляд, постоянно заплаканные глаза и непреходящая боль в душе.

Так длилось полгода. И тут она почувствовала, что с ней что-то происходит, как будто силы стали покидать её. Она стала часто уставать, у неё кружилась голова. Оксана обра-

тилась к врачам. После осмотра гинекологом и сдачи анализов Оксане выдали направление на операцию. Миома очень больших размеров. Она образовалась за эти ужасные полгода.

Операцию, которая длилась почти четыре часа, она перенесла очень тяжело, поэтому и послеоперационное пребывание в больнице затянулось.

В палате их было четыре женщины. Одна из них рассказывала своим соседкам по палате, откуда берутся миомы и что это вообще такое. Опухоль – это обида, говорила она. А обида – это маленькое существо, которое не любит замкнутого пространства. И вот это существо вы пустили к себе в душу. Сначала вы чувствовали, как оно стучалось у вас в душе, пытаясь выскочить наружу, вам было плохо, но вы его удерживали. Со временем обида поняла, что ей не выскочить наружу, и она стала съедать вас изнутри, а сама начала расти, превращаясь в опухоль.

Отпустите обиды – и вы станете здоровыми! Но как можно простить и отпустить обиду, никто ведь этому не учил.

Послеоперационную боль она пережила, а вот как пережить, что у неё больше не будет детей? Возможно, она и не стала бы уже рожать, но сам факт, что она сейчас не такая настоящая женщина, не давал ей покоя. Ей казалось, что все об этом только и будут говорить. Её бросил муж, и теперь она совсем никому не нужна. Спасала мысль, что у неё дети, которых она обожает и которые без неё очень скучают.

На время пребывания в больнице дети находились с её подругой, так как Валерий мог в любой день уехать в командировку.

Вернувшись домой из больницы, она поняла, что дома была другая женщина. Чужой запах чувствовался сразу. Остаться дома Оксана не смогла. Собрав вещи, она переехала к подруге. Затем она с детьми какое-то время перебивалась по съёмным квартирам. В конце концов ей удалось решить вопрос с жильём, разменяв квартиру с бывшим мужем. Жизнь её начала входить в спокойное русло. Она уже не плакала, не жалела о том, что произошло, а просто жила.

В один из дней после работы девочки-коллеги уговорили её сходить на каток. Она уже лет семнадцать не стояла на коньках, но решила не отставать от компании. Атмосфера катка вызвала у неё искреннюю радость. Много света, громкая музыка, и она с высоко собранными волосами, в белом свитере, с горящими смеющимися глазами. Боясь упасть, она как ребёнок, держась за бортики, выехала на лёд. И всё-таки чуть не упала, но чьи-то сильные руки её подхватили, приобняли за талию. Оксана попыталась освободиться, но руки, которые её придерживали, и взгляд, которым на неё смотрели, как будто не принимали возражений!

– Георгий, – улыбаясь, представился статный красивый мужчина.

– Оксана, – улыбнулась она в ответ.

Георгий предложил помочь и не отпускал её весь вечер.

Они хохотали, чуть не падая, но он крепко её держал. Он был такой уверенный, что Оксана даже не смогла ему отказать. Да даже если бы она и попыталась это сделать, он всё равно не послушал бы её. После катка Георгий пригласил её в ближайшее кафе, в то самое, куда она теперь так часто ходит.

Георгий был главным тренером юношеской команды по хоккею. В этой команде у него занимались два его сына. С женой он уже давно был в разводе, но они сохраняли хорошие дружеские отношения. У неё была уже новая семья. Сыновья жили с ней, но Георгий часто встречался с ними, и не только на тренировках.

Опять ярко светит солнце, опять голубое небо над головой. В воздухе уже пахнет весной! Жизнь возрождается! Оксана опять ходит с высоко поднятой головой, стройная и красивая! Обида, может, и не прошла до конца, но больше не тревожит её душу.

Иногда детей забирали родители Оксаны, которые жили в соседнем городке, а они с удовольствием ездили к ним в гости. Как-то, оставшись одна, Оксана пригласила Георгия к себе на ужин, предполагая, что это закончится чем-то большим. Ведь после расставания с Валерием у неё никого не было. Она надела красивое платье, которое подчёркивало её стройную фигуру, и, конечно, туфли на каблуках, от этого она казалась ещё стройнее и сексуальнее. Накрыла на стол, поставила мясо в духовку и решила сделать салат.

Георгий пришёл раньше назначенного времени. Она из-

винилась, что не успела закончить с ужином, и пригласила его на кухню. Он с удовольствием прошёл, окинув её с ног до головы восхищённым взглядом. Она и раньше чувствовала, особенно когда случайно к нему прикасалась, как он её хочет. Георгий сел на стул, а Оксана продолжила резать овощи. Они беседовали, и всё это время Георгий не сводил с неё взгляда, наблюдая за каждым её движением.

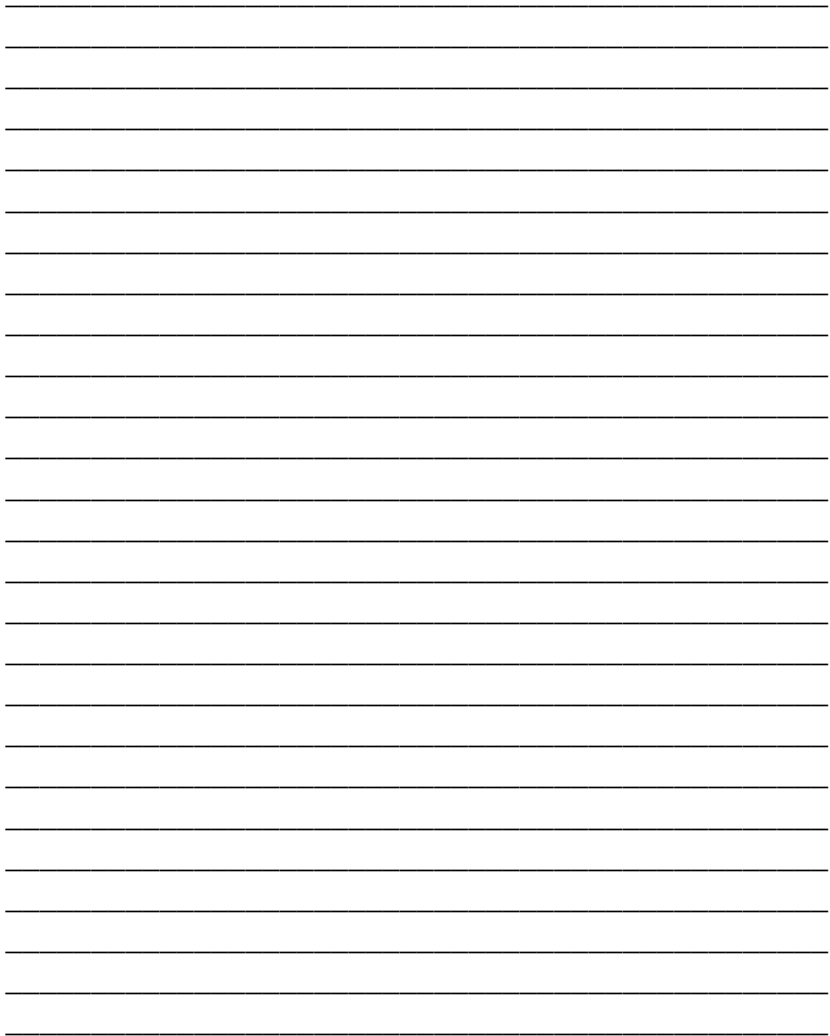
Порезав овощи, она наклонилась за салатником и почувствовала, как Георгий прижался к ней сзади. Оксана хотела возразить, но платье уже было поднято, а стринги слетели вниз. Чем-то страстным и животным веяло от Георгия. Вместо того чтобы вырваться, она изогнулась всем телом, чувствуя прилив такого жара и страсти, что не смогла с этим справиться и тихонько застонала. Он с силой взял её за бедра и прижал к себе, она прильнула к нему. Он овладел ею прямо на кухне, немного грубо, по-животному, но у Оксаны дух перехватывало от каждого его движения. Где-то в глубине души она именно о таком и мечтала. Конечно, они продолжили в спальне, со страстными поцелуями и нежным трепетом в душе. Она чувствовала его жаркое дыхание, и у неё всё кружилось, и она уносилась куда-то далеко, не чувствуя окружающего пространства. Её душа и тело были как два разных организма. Душа летала где-то высоко и резко падала вниз, замирала от удовольствия и кричала от наслаждения. Тело хотело ласки и от этого извивалось, требуя всё больше поцелуев. Так прошёл их первый вечер любви, и только после

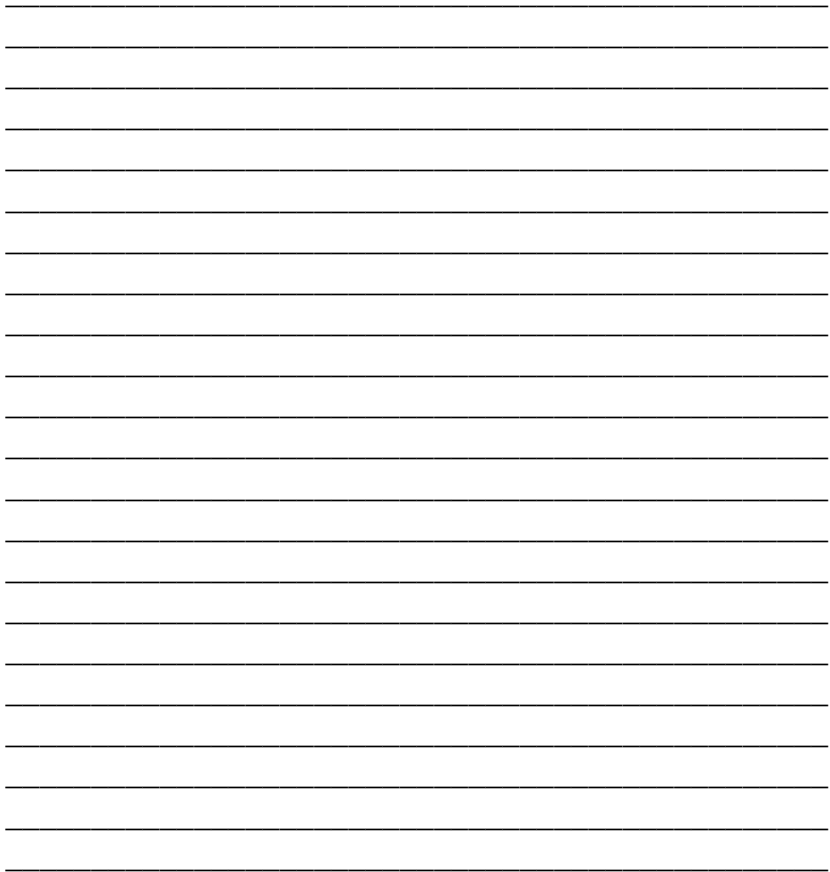
этой ночи Оксана поняла, что у неё не осталось обиды, что её обиды выселила любовь, которая поселилась там навечно!

Она сидела в кафе, пила чай с жасмином и улыбалась, видя, как входит Георгий. Её страстный любовник, её будущий муж, её спаситель.

Творчество для женщины – всегда ресурс: пиши или рисуй всё, что хочется.

[illegible]





Неужели всё повторяется

Соня сидела на кухне, пила чай и записывала в дневник впечатления вчерашнего дня, чтобы понять, что она сделала не так, в чём её вина, неужели всё повторится? Страх поселился в её душе, и мысли не давали ей покоя.

Она уже полгода замужем. Вчера её любимый муж пришёл домой какой-то грустный, задумчивый. Она попыталась выяснить, что случилось, но в ответ прозвучало: «Всё хорошо». Вечером они занимались сексом, а утром её Юрий ушёл на работу в нормальном настроении.

Неужели всё повторится?

Четыре года назад она в баре познакомилась с молодым человеком, звали его Эдуард. Они пили вино, потом текилу, а потом поехали к нему на квартиру. Соня прекрасно понимала, для чего она едет к нему, да и секса у неё давно уже не было. А здесь рядом красивый, хорошо сложенный молодой человек, от него пахнет дорогим парфюмом, который ещё больше вызывает желание быть с ним.

Добравшись до его съёмной квартиры, они сразу оказались в кровати. Секс, который у них был, Соне показался волшебным. Всё было так, как она любит. Этот молодой человек просто создан для неё. Его внешность, запах, движения были именно такими, о каких она мечтала.

«Может, это вино», – подумала она и уснула.

Утром волшебство продолжилось.

– Если нам так хорошо, переезжай ко мне, – предложил Эдик.

Отказываться от такого предложения она не стала. Через некоторое время их близости Эдуард знал все её эрогенные точки. Он мог довести её до безумства, до такого наслаждения, что она прощала ему всё: его грубости, его резко меняющееся настроение. Хотя Соня всегда недоумевала, когда замечала, как он из радостного и игривого вдруг ни с того ни с сего становился мрачен и угрюм.

Однажды он пришёл домой в ужасном настроении, и, когда Соня в очередной раз попыталась выяснить, что же случилось, он сказал своё обычное «всё хорошо» и вдруг резко оттолкнул её. Увидев, что она сморщилась от боли, стал её целовать и просить прощения. Закончилось всё сексом, после которого ей уже не хотелось обижаться.

Следующий явный приступ гнева повторился через две недели. Он швырнул в неё кружку, а когда она попыталась уйти, ударил по лицу кулаком. Она заплакала. И опять он стоял на коленях, обнимал, умоляя простить и всё забыть. И снова сразу секс. И опять она поддавалась ему и принимала его ласку, доводящую до оргазма.

Они жили вместе, планировали со временем купить квартиру. Даже деньги откладывали в общий бюджет. Она старалась не обращать внимания на его выходки, хотя с каждым следующим разом он причинял всё более сильную боль.

Но чувство... «С кем не бывает», — думала она и прощала всё.

Сегодня вот уже полгода, как они вместе, а главное, сегодня она узнала, что у них будет ребёнок. Счастливая, с горящими глазами, она шла домой, даже бежала, чтобы поделиться радостной новостью с Эдуардом.

Но, открыв дверь, она сразу поняла, что Эдик в том состоянии, что ей лучше уйти. Он встретил её в прихожей, помог снять пиджак и, приобняв, подтолкнул в комнату. Соня только хотела сказать, что у неё приятная новость, но Эдуард опередил её ударом по лицу, затем кулаком ударил в живот. От боли она согнулась, а он стал наносить удар за ударом, пока она не упала. Он пнул её ещё несколько раз, прямо в живот, хотя она пыталась закрывать его руками. Она плакала и стонала, а он опять наклонился над ней, говоря, что это случайность, что он любит её, приносит тысячу извинений, покрывая всю её поцелуями.

Он поднял её на руки, донёс до кровати, занялся с ней сексом. Она постанывала, изгибалась под его движениями. Она вела себя так, как обычно, улыбаясь, подставляя всю себя.

Но это была игра! Как она боялась, что он догадается.

Только сейчас она поняла, что эта близость её не возбуждает и не доставляет ей радость. Это было настоящее насилие!

Всё умерло! Как она раньше этого не замечала? Сейчас был страх, страх за то, что он с ней сделает. Ведь такое может

повториться ещё раз и с большей жестокостью. На сей раз секс не принёс наслаждения, а добавил только боль и обиду.

Как она могла это терпеть? Ведь сколько раз её предупреждала подруга, что всё может плохо закончиться. Сколько раз убеждала, что надо уйти от Эдуарда.

Она лежала рядом со спящим Эдуардом и боялась пошевелиться. Утром он, как обычно, раньше ушёл на работу, чмокнув её в щёку и сказав: «До вечера». Соня вздрогнула, услышав эту фразу.

Она встала и пошла в душ. И тут сильная боль внизу живота заставила её вскрикнуть и согнуться. Соня заметила кровавое пятно, которое смывала вода. Она с трудом собрала свои вещи, взяла часть денег.

Боль опять согнула её вдвое. Соня вызвала скорую.

Дороги назад больше нет.

После больницы она уехала в другой город, чтобы никогда, даже случайно, не встретиться с Эдуардом.

Через месяц подруга позвонила и сказала, что Эдуарда арестовали. Он до полусмерти избил девушку в парке, а потом её изнасиловал.

В другом городе у Сони всё складывалось прекрасно. Она встретила свою вторую половинку. Они поженились и были очень счастливы. Оказалось, что людей может связывать не только секс. Их души пели в унисон, и от этого было светло и радостно на сердце и в душе.

И вот вчера что-то похожее произошло между ними. Пло-

хое настроение, секс. Неужели опять всё повторится? Она решила подождать до вечера и попытаться выяснить, что случилось.

А может, сбежать?

Нет, такого не должно быть, они любят друг друга, это просто какое-то недоразумение.

Её любимый муж вернулся с работы в хорошем настроении и с порога заявил, что никакой проблемы у него нет.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

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