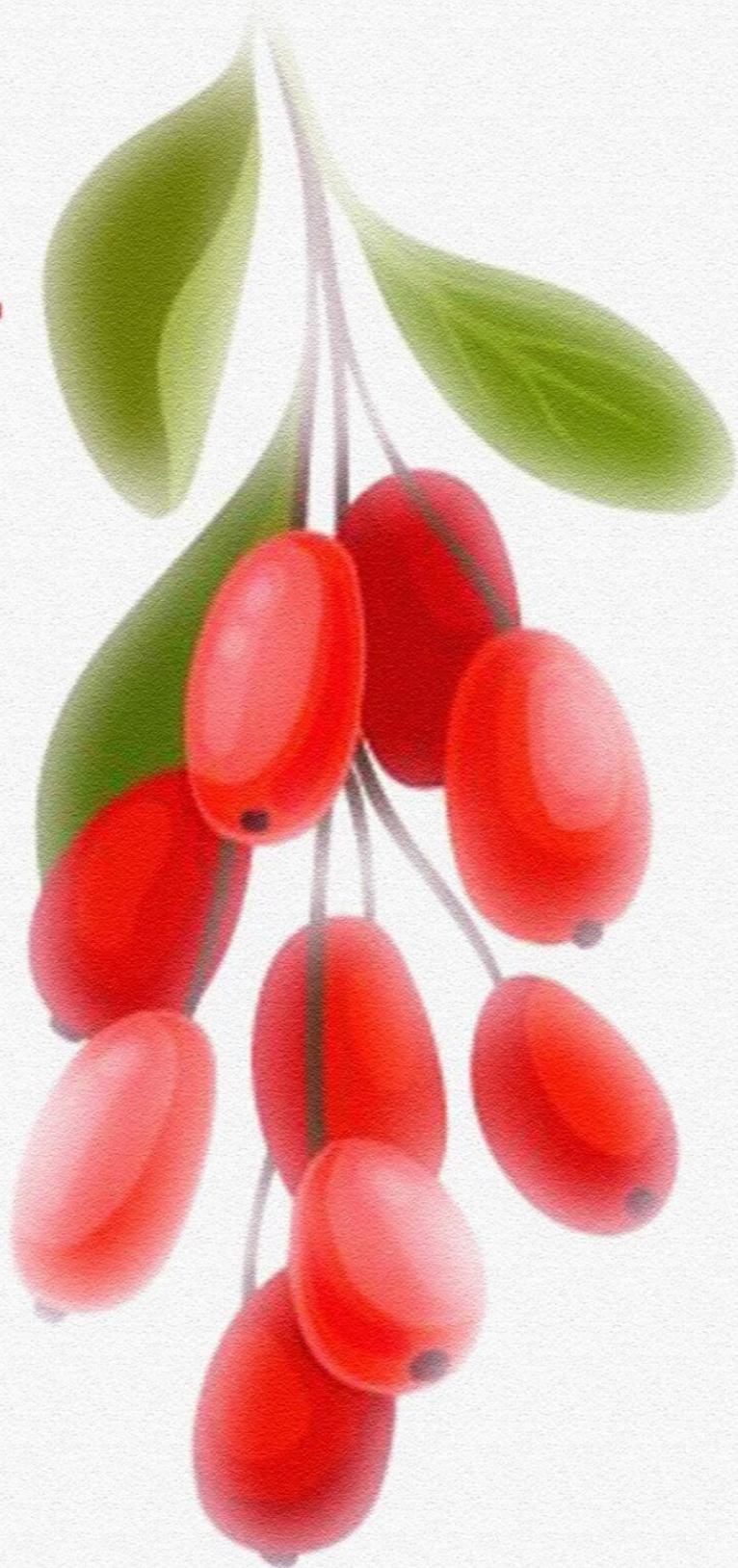


Дарья Наместникова

ВО ВСЁМ ВИНОВАТ

Б
А
Р
Б
А
Р
И
С



Семь неудобных историй,
чтобы стало удобно

18+

Дарья Наместникова

**Во всём виноват барбарис.
Семь неудобных историй,
чтобы стало удобно**

«Автор»

2023

Наместникова Д.

Во всём виноват барбарис. Семь неудобных историй, чтобы стало удобно / Д. Наместникова — «Автор», 2023

Эта книга- результат многолетних поисков ответа на вопрос «кто виноват, что делать и как жить счастливо?». Она выстрадана автором. Выношена. Выдумана (от слова «думать»). В неё, как ручейки в полноводную реку, влились наблюдения за собой и миром, воспоминания детства, разговоры по душам, размышления о жизни и заметки из соцсетей. У автора только одна цель – сделать хорошо себе и другим. Книга заряжена – да-да, не смейтесь! – искренне заряжена на добро и радость. Потому что «человек рождён для счастья, как птица для полёта». И если пока не получается, или получается, но не очень, попробуйте прочитать семь неудобных историй. Возможно, вы поймёте, какой камушек в ботинке мешает вам легко и свободно двигаться вперёд.

© Наместникова Д., 2023

© Автор, 2023

Содержание

В качестве предисловия	6
История про велосипед	11
Конец ознакомительного фрагмента.	14

Дарья Наместникова
Во всём виноват барбарис. Семь
неудобных историй, чтобы стало удобно
Поколению X посвящается

В качестве предисловия

«Мне жалко людей, особенно всех» (из к/ф «Огни притона»)

Кто я? Просто человек, женщина средних лет, ребёнок СССР, подросток лихих «девяностых», молодой специалист ярких «нулевых», руководитель отдела рекламы сытых «десятых» и маленькая, но гордая птичка в свободном полёте странных «двадцатых».

Зачем я пишу? Моя книга о личных проблемах «просточеловеков» может показаться мелкотемьем, особенно на фоне тектонических сдвигов эпохи. Так и есть. Крошечные проблемки, малюсенькие неурядицы. Однако вспомним, какое беспокойство причиняют соринка в глазу, камушек в ботинке, этикетка на шве футболки. Вроде бы жить сносно, но так неудобно!

Значит, начнём с себя. И если удастся микро-мирок усовершенствовать, есть надежда, что и в большом мире ситуация наладится, поменяется к лучшему.

А ещё я оптимист и гедонист. В моей ДНК – стремление к радости, гармонии и безмятежности. Причём применительно к человечеству в целом. Мне важно, чтобы у всех всё было хорошо. Верю: люди рождены для счастья. Вот только путь к нему, как и к звёздам лежит через терновник. Порой эти дебри состоят из непреодолимых внешних факторов, неподвластных обстоятельств. Тогда приходится выживать, смиряться, адаптироваться, терпеть, принимать суровые правила игры. Но бывает, что в качестве «колючек» выступают психологические завихрения, комплексы и ложные установки. То, на что мы как хозяева данных явлений, можем повлиять. Как минимум, попытаться.

Благоустройство внутренних территорий – вот миссия моей книги, которую я посвящаю поколению X: себе, друзьям, знакомым, коллегам. Тем, кто родился в период с середины 60-х до середины 80-х годов двадцатого века. Почему именно X?

Ну, во-первых, «своя рубашка ближе к телу». Писать надо о том, что знаешь лучше всего.

Во-вторых, потому что нашим поколением никто не занимается. Государство готово вкладываться в детей и подростков, субсидировать новенькие ячейки общества, поощрять молодых специалистов, заботиться о пенсионерах («Активное долголетие» и тому подобное). Назовите хоть одну программу, социальную инициативу, где в центре внимания – мужчины и женщины 40-50 лет? Их нет. Мне не встречались.

Да, мы взрослые, самостоятельные, работоспособные. Но порой нам тоже нужна поддержка. Как насчёт сертификата на посещение психолога? Точно знаю: многие мои ровесники, имея финансовую возможность, никогда не пойдут туда по доброй воле, потратят деньги на семью, хозяйство, дело, а с психологическими трудностями, если они сами не рассосутся... Как-нибудь потом... Может быть... Что-то придумаем...

Поколение Хемингуэя и Ремарка, с лёгкой руки Гертруды Стайн, именовалось «потерянным». Наше поколение я бы назвала «растерянным». Ну, или «неуверенным». Может, «сомневающимся»? Видите, даже с определением никак не определяюсь.

Бабушки-дедушки, поколение Победителей, существовали с ясным сознанием «право имею». Они, пережившие Великую Отечественную Войну, больше ничего на свете не боялись (ну, разве каких-то мелочей, типа, мышей и грома). Считали себя главными. Говорили громко, не стеснялись заявлять и настаивать.

Много работали, да! Но за это устанавливали правила, по которому жила не только семья, но и коллектив, дом, двор. Страна!

Это были сильные и смелые люди, скупые на сантименты и похвалу, бескомпромиссные, волевые.

Мамы-папы, поколение бэби-бумеров, находились в полной власти и круглосуточном распоряжении своих победоносных родителей. Семейные традиции и понятие «так положено»

значили едва ли не больше, чем Конституция. Мамы-папы ездили на дачу и пластались «от зари и до конца поля», даже если не хотелось. Мамы-папы сами клеили обои, даже если не умели. Мамы-папы десятилетиями спали на узком диване в проходной комнате, ходили на демонстрации и выполняли план. И именно благодаря плану, их жизнь была расписана, продумана до мелочей. Слишком предсказуема? Зато стабильна.

Потом, правда, случился распад СССР, шоковая экономика смутного времени. Но всё равно, несмотря на испытание хаосом, наших родителей не назовёшь «растерянными». Они верны устоям и идеалам. Крепко усвоили, что такое хорошо и что такое плохо. Мамы-папы всегда шли вперёд, просто уже не по плану, а наобум.

Мам-пап держала на плаву коммунистическая закалка и заветы предков.

Слово «надо» – вот их якорь, и маяк, и спасательный круг.

А мы, поколение Х... Рыцари в начищенных доспехах, со страхом и упрёком внутри.

Мы неплохо вписались в новую реальность, устроились на достойные должности, начали ездить по заграницам и покупать брендовые вещи, компенсируя дефицитное детство и талонное подростковое. У нас быстро появились мобильные телефоны и иномарки. Некоторые из нас взлетели до баснословных высот... На поверхности всё блестело и переливалось, как стразы Бритни Спирс. Но в недрах назревал конфликт.

По сравнению со старейшинами мы оказались «не правильными». Не хотели чинить словесные огорода на даче, копить деньги, скромно ждать повышения. Мы стремились к удовольствиям, роскоши, развлечениям. Ветер перемен «звал нас в дорогу».

Но по сравнению с теми, кто дышал в затылок, лет на пять-десять младше, мы напротив оставались излишне «правильными». Продолжали уважать авторитеты, слушаться, стараться. Нас всё-таки зацепила по касательной рухнувшая советская система, где человек – «винтик» и «мало ли, чего ты хочешь!». Мы искренне считали, что уважение надо заслужить, привилегии – заработать. Мы не умели себя продавать, нахальства не хватало. Да-да, мы полагали, что расхваливать себя и просить прибавки – наглость несусветная. Комплекс самозванца приклеился к нам репъём, запутался в тайных страхах. Достойны ли мы? Своё ли занимаем место?

Любой харизматик мог «поставить на вид», отчитать, вызвать чувство вины. Впрочем, ругать нас особо не требовалось, мы сами себе устраивали грандиозные разносы.

Вот почему нас удивляли «малолетки»: у них в приоритете – страшно сказать! – было не общее дело, но персональные интересы. А мы «пахали», как оголтелые, забывая пообедать, попить воды. О нашей рабочей одержимости и гиперответственности слагали легенды, мы гордились званием «почётный трудоголик, который вряд ли доживёт до сорока».

С вызовом предъявляли круги под глазами, хвастались, кто и сколько потратил личного времени в праздники. На «как дела?» отвечали: «Работаем!». И сегодня работаем, и завтра работаем, и параллельно умудряемся решать дела семьи, друзей, друзей друзей, знакомых знакомых. Потому что «если не мы, то кто?».

Мы почти никогда не шли на больничный, больничный – для слабаков!

Мы редко уходили из офиса в 18:00, зато старались прийти как можно раньше.

Мы так жили. И живём. Всем видом демонстрируем успешный успех. Но в глубине души растёт беспокойство: к чему эта гонка? Чего мы хотим на самом деле? Вообще – как у нас со счастьем? Есть ли оно? А если нет, кто виноват и что делать?

Эти вопросы с нами уже давно. Множатся, царапают нас под доспехами той самой шершавой этикеткой, раздражают камушком в ботинке.

Ответов нет. Или мы просто выбираем их не замечать?

Многие пытаются заглушить жажду смысла народными средствами: бокалом по пятницам и не только, бешеным шопингом, «хлебом и зрелищами», нытьём на плече у подруги. Без малейшей попытки что-то поменять...

Кто-то совсем не оставляет свободного времени. Свободное время = вредные мысли.

Мы, самая сомневающаяся социальная прослойка, часто отказываем себе в праве на сомнения, смиряемся с внутренним дискомфортом в угоду внешнему лоску.

«Я подумаю об этом завтра». Вечная мантра. Мы подумаем об этом как-нибудь потом.

А потом... Нет, не суп с котом, но «до свиданья, молодость», «здравствуй, кризис среднего возраста».

Рискну обозначить главную проблему нашего поколения как «привычку терпеть неудобство». Она досталась нам по наследству от родителей и прародителей. Правда, с некоторой разницей. Как говорится, терпение терпению рознь.

Бабушки-дедушки терпели обоснованно, чтобы выжить и победить.

Мамы-папы терпели осознанно, потому что «так надо, так положено».

Мы, «иксы», терпим без особых на то оснований, по неведомым причинам.

Хотя и основания, и причины точно имеются. Их поиском и разоблачением (если кого-то пугает слово, пусть будет «описанием») озадачена моя книга.

Найти и обезвредить. Приручить и использовать в мирных целях.

В качестве примера предложу предысторию о косичках. И хотя героиня не из «иксов», её поведение – идеальная иллюстрация моей мысли.

Однажды подруга повела дочь-подростка в парикмахерскую. На пике моды были разнообразные косы, девочке решили «сделать красиво». Подруга ожидала в холле, листая глянец. В какой-то момент она подняла глаза от очередной нарядной страницы и увидела в зеркале дочку. Та сидела спокойно и ровно, но по лицу ручьём – потоком! – лились слёзы. Оказалось, мастер туго заплетал волосы.

Давнишний инцидент до сих пор выводит меня из себя. Каждый раз, вспоминая тот случай, мне хочется, во-первых, обнять и успокоить девочку, во-вторых, встряхнуть её и сказать: «Почему?! Это твоё тело! Твоё благополучие! Какие аргументы заставили тебя молчать и терпеть нечто настолько неприятное, что слёзы градом? Ведь нет ни одной веской причины!»

Стесняешься мастера? Ты (твоя мама) платишь деньги, мастер должен к тебе прислушиваться!

Стыдно показаться недотрогой? У каждого человека разный порог чувствительности. Если тебе больно – тебе больно!

Не хочется привлекать внимание, беспокоить окружающих? Им нет дела! На секунду удивятся, пожмут плечами и забудут.

Тебе, малыш, жить с собой всю жизнь. Поэтому ты обязана стать себе лучшим другом, надёжным защитником, круглосуточной и повсеместной поддержкой!».

Мы, «иксы», ведём себя аналогично. Годами терпим неудобные условия, как терпят новую обувь в надежде разносить. Кое-что, действительно, разношивается, притирается. Но есть модели настолько жёсткие, настолько «не по размеру» – будут жать всегда.

Я пишу книгу, чтобы рассказать семь историй личного неудобства, которое сначала игнорировала, потом вспомнила или осознала, но всё же терпела и, наконец, терпеть устала и перестала.

Я поняла, что нет смысла терпеть.

Я поняла, что от перемены мест работы результат не меняется, что принц не прискачет и не спасёт, а если прискачет, у него самого полно заморочек.

Я поняла, что путешествия, покупки, досуг лишь маскируют проблему, как тональный крем замазывает прыщи.

Я поняла, что ответы на беспокоящие вопросы надлежит найти, вариантов нет.

И искать желательно где-то рядом. Ещё ближе, совсем близко... Неужели... В своей семье?

В поисках персонального комфорта мне помогло увлечение психологией. Сотни и сотни прочитанных статей, интервью, колонок и постов (спасибо, журнал “Psychologies”) дали резуль-

тат. Одним прекрасным утром до Даши дошло: окружающий мир изменить невозможно. Себя – да!

Почему со мной ТАК можно? Почему я не умею говорить «нет»? Почему больше всего на свете боюсь потревожить, причинить неудобство другим, но одобряю и принимаю неудобство для себя? Почему готова прогнуться и жертвовать? Почему боюсь доверять? Откуда всё это?

Придётся с собой разобраться. Ра-зо-брать-ся. Тщательно разобрать свой механизм, развинтить детали, разложить на воображаемом столе, беспристрастно проанализировать, почистить, починить, заново собрать, отрегулировать настройки и наладить процессы.

Первой из обозримого генеалогического древа нашего большого клана, я начала копаться в семейных чуланах, вспоминать, озвучивать и переосмысливать неоспоримые факты, высвечивать мысленным фонариком странные несоответствия, обращать внимание на неприятные закономерности.

Это стоило мне гибели нервных клеток, неоднократно сорванного голоса, периодически отёкшего от слёз лица, временами дёргающегося глаза и, главное, окончательного разрыва отношений с некоторыми родственниками в финале разбирательств.

Но иначе я не могла. Жить в атмосфере притворства, замалчивания и двойных стандартов – всё равно, что находиться в никогда не проветриваемой комнате. Душно.

Разбираясь с собой, я научилась видеть проблемы других. И поначалу бесцеремонно на них указывала, советовала, мотивировала, направляла.

Сегодня я знаю: человек сам и только сам должен справиться со своей проблемой.

Это его дело, его право. Если угодно, его привилегия.

Стремление «причинить добро», советы и рекомендации, тем более непрошенные, могут навредить. Но деликатная инициатива проявить симпатию и сочувствие, выслушать и – как вариант – поделиться личной неудобной историей, способна дать импульс к лучшему.

Так не будем медлить, зададим уже импульс!

В подзаголовке «Семь неудобных историй, чтобы стало удобно» для краткости мной пропущено важное звено. Должно выглядеть так: «Семь неудобных историй, КОТОРЫЕ НЕОБХОДИМО РАССКАЗАТЬ, чтобы стало удобно». Кому удобно? Прежде всего, рассказчику. А ещё тому, кто, услышав или прочитав чужую неудобную историю, задумается о собственном психологическом благополучии. Такой вот антикризисный сторитейлинг.

Самое время начать рассказывать обещанные истории. Добавлю пару поясняющих слов.

Мои личные неудобные истории выглядят вполне безобидно. Как выражаются юристы и дипломаты – «ничтожно». Слава Богу, я выросла в интеллигентной семье, в благополучной среде, меня почти не били (спойлер: бабушка «воспитывала» тапкой), мне не пришлось рисковать жизнью в опасных условиях («девяностые» не в счёт, так или иначе, рисковали все). Но, поверьте, эти «несущественные» неудобные истории существенно повлияли на мою жизнь. Большинство ошибок, неправильных действий, стыдных моментов напрямую связано с «великолепной семёркой».

Все семь неудобных историй в книге касаются семьи, клана, родового гнезда.

В особенности – бабушек. Почему-то именно их действия (или бездействия) оказались теми самыми камушками в ботинках, которые многие годы причиняли мне беспокойство, мешали в полной мере наслаждаться путешествием по дороге Жизнь.

Я делаю это ради себя, ради семьи, ради поколения X, ради следующих поколений, ради всех. Может показаться, что озвучивая неприятную правду, я выношу сор из избы, а значит, не люблю семью. Наоборот, максимально люблю. Я рада родиться именно здесь, в моём кругу. И полагаю, что – по большому счёту – никто ни в чём не виноват.

Каждый задевший меня поступок имел причину. Каждому обидному для меня моменту предшествовал другой не менее обидный момент. Другая неудобная история.

Поэтому я никого не обвиняю, не предъявляю претензий, но хочу понять и, по возможности, простить. В то же время я разрешаю себе не притворяться, что всё хорошо, и называть вещи настоящими именами.

И ещё важное уточнение: в книге я не даю советов, не читаю нотаций, не утверждаю истин, не навязываю мнения, не приклеиваю ярлыков «хорошо» и «плохо».

Я просто убираю из ботинок камушки, кидаю их в реку и внимательно рассматриваю круги на воде, чтобы выяснить, как эти неудобные истории повлияли на мой характер.

Давайте посмотрим вместе! Ну, или, отложив мою книгу, начните извлекать и изучать свои надоедливые песчинки и соринки.

И, знаете, если хотя бы один читатель усмехнётся: «Раздула из мухи слона! Вот у меня проблема так проблема, но я же молчу, терплю!».

Потом задумается: «А зачем молчать и терпеть?».

Потом расхрабрится, встретится с проблемой лицом к лицу, решится на честный разговор...

В общем, если хотя бы одному человеку от моей книги станет где-то понятнее, чем-то лучше и как-то удобнее – я не зря морщила лоб и стучала по клавиатуре.

Да, тогда всё не зря.

История про велосипед

Ну, что? Погнали! Лето, солнце, дача. Мне – шесть. Осенью будет семь. Я активный и коммуникабельный ребёнок. Бабушка зовёт меня «шабановой короной» и «савраской без узды», потому что при первой возможности я бегу гулять, общаться, гостить. Да, во всём дачном посёлке «Лиственница» не найдётся дома, где бы я ни побывала. И везде интересно, и везде легко, вкусно, весело. Люди добры и приветливы. Жизнь прекрасна и удивительна. Я познаю мир, впитываю губкой новые знания и впечатления. Каждый день – подарок, ведь можно придумывать бесконечные игры, строить песчаные замки, собирать цветные камушки. Скучно? Я не знаю такого слова! Что такое «скучно», если в большом жестяном ведре живёт мышонок, если из стручков акации мы делаем дуделки, если дедушка разрешает запечь картошку в почти потухшем костре?

А ещё у меня есть велосипед! Большой! Легендарная пермская «Кама», мечта всех мальчишек и девчонок. Гораздо круче и удобнее, чем «Урал». Ведь у «Урала» рама – от руля до сиденья – идёт прямо, попробуй-ка на него взгромоздись! А у любимой «Камы» рама – «что надо рама», под углом. И даже маленькая девочка сможет забраться на велосипед, и тронуться, и крутить педали, просто сиденье нужно до предела опустить. Ну, или совсем на сиденье не садиться.

У моей закадычной подружки тоже «Кама». Мы обожаем кататься по окрестным дорогам, но больше – по нашей, поселковой, она, как по заказу, имеет приличный уклон, чтобы разогна-а-а-аться и лете-е-е-ть, как птица...

Я хорошо «держусь в седле», уверенно управляю увесистым велосипедом. Мы с ним (с ней! с «Камой»!) одной крови. Чувствуем друг друга, никогда не подводим.

Но однажды я сажаю на своего «железного коня» двух мальчиков помладше.

Сперва всё хорошо, под горку с ветерком, смех и веселье! Но я пока не знаю, что такое центр тяжести и как его изменение влияет на движение. В какой-то момент я чувствую, мой «конь» начинает брыкаться, крутить шеей. Я больше не управляю им.

За мгновение до катастрофы я чудом успеваю столкнуться с багажником обоих пассажиров. Стараюсь вырулить, но падение неизбежно. Сверху падает велосипед, и мы с ним катимся кубарем по гравийной дороге, по-киношному долго, я бы сказала «спецэффектно»...

Когда грохот стихает и снова становится слышно кузнечиков, я осторожно открываю глаза и сантиметр за сантиметром выбираюсь из-под «Камы», которая оказалась очень тяжёлой, невероятно тяжёлой. Уму непостижимо, как такая груда металла могла птицей лететь с горы?

Я встаю, кручу шеей, руками, ногами. К счастью, всё двигается. Все шарниры работают! Шарниры – да, но вот обшивка... Тормозной путь по камням не прошёл даром: мои колени разбиты в кровь. Зрелище не для слабонервных. Кровавое месиво, щедро приправленное песком, землёй и галькой.

Вплоть до зрелого возраста мне нравилась эта история. От неё веяло чем-то героическим. Я представляла себя бесстрашным каскадёром, готовым на любой риск. Да ещё и спасшим других людей! Помню, как с гордостью рассказывала байку друзьям и знакомым. Типа, вот я такая!

Но у истории есть продолжение. И со временем я осознала, что дальнейшее развитие событий мне не нравится категорически. Если честно, я чудом уцелела в тот раз.

Итак, после падения я с трудом встаю и ковыляю домой. Повезло, что авария случилась прямо напротив нашей дачи. Несколько шагов до калитки, несколько шагов до крыльца... Календарь показывает вторник, родители и дедушка работают в городе, из взрослых на даче только бабушка Соня, мамина мама.

И тут происходит какая-то необъяснимая ерунда (конечно, позже всё объяснится).

Что бы сделал обычный, нормальный, среднестатистический ребёнок, упав с велосипеда, разодрав до крови колени? Что бы сделал малыш, которому больно и страшно? Ответ очевиден: он бы с рёвом побежал к бабушке, обхватил её за шею, долго-долго плакал бы навзрыд, требуя пожалеть/полюбить/приласкать. Согласны?

А вот что сделала я. Тихонько, стараясь не то что не плакать, но и не всхлипывать, прошмыгнула в комнату. (Бабушка, видимо, занималась грядками). Нашла в тумбочке аптечку, достала лейкопластырь, бинты и перевязала обе коленки так сильно, как только могла. Потом, заматывая следы преступления (я, свалившаяся с велосипеда, почему-то считала себя последним преступником!), тщательно умыла лицо от слёз и надела юбку подлиннее, чтобы бинты были не видны.

Сорок лет спустя я не понимаю, откуда взялось столько хладнокровия и решимости у белокурой шестилетки, как она (я) смогла собраться, взять себя в руки, моментально сообразить, где лекарства... Перевязка была сделана почти безупречно. «Медсестра» забыла только один, но самый важный этап: промыть раны.

Мама приехала через три дня, вечером в пятницу. И чуть не упала в обморок. Говорит, что мои разбинтованные колени напоминали иллюстрацию лекции по военно-полевой медицине. Удивительным образом я избежала заражения крови.

Началось долгое лечение. Память милосердно удалила почти все соответствующие файлы. Предполагаю, что было неприятно. Помню лишь процедуру смены повязок: присохшие бинты брызгали водой и по миллиметру отдирали, вместе с едва восстановившейся кожей.

В качестве сувенира мне достались шрамы на коленях. Незаметные, на пару тонов светлее цвета тела. Я не считаю их досадным недостатком, они совершенно не мешают. Но история, с которой связаны шрамы, мне мешала. Просто я не понимала, не проводила ассоциаций с другими ситуациями, не задавала неудобных вопросов.

Что же, пришло время задать!

Почему я не побежала к бабушке за помощью?

Почему за три дня она не увидела мои перевязанные колени, не заметила моё состояние?

Почему в детстве я безумно боялась заболеть? Другие дети наоборот кайфовали от возможности поваляться в постели, не ходить в школу. Их сразу окружали заботой, одаривали куриным бульоном, картофельной запеканкой и клюквенным морсом.

У меня тоже присутствовал и бульон, и запеканка, и морс, и забота. Но сначала – каждый, каждый раз! – я выслушивала гневную фразу «только и умеешь, что балдеть да болеть!».

Почему я считала факт укачивания в машине ужасным, непростительным недостатком? Многих детей укачивает, это почти норма, вестибулярный аппарат адаптируется к жизни. Почему же я чувствовала себя бессовестным негодяем, который портит людям поездку с дачи в город? Почему так стеснялась, внутренне сжималась, впивалась взглядом в знакомые объекты и считала километры. «Ну, потерпи, пожалуйста! Скоро уже дом с красными балконами. Ещё чуть-чуть!».

На въезде в Пермь, в районе Липовой горы, стоят два приметных дома, белые, а балконы красные. Их построили, когда мне исполнилось три года. И с тех пор мы с ними друзья. Когда я видела долгожданные высотки из окна машины, вздыхала с облегчением: всё, мы в городе, осталось немного и меня перестанет тошнить.

Надо ли говорить, что и сегодня я мысленно улыбаюсь моим друзьям-домам.

Каким образом эти детские привычки проявились во взрослой жизни?

Я продолжила маскировать проблемы, чтобы не вызвать у окружающих раздражения, недовольства, чтобы не нарушить их покой.

Много лет назад, в самый тёмный день года, 21 декабря, у меня умер любимый кот. Было больно, потеря ощущалась дырой в груди. Но я бросила все душевные силы на блокировку слёз. Ни дома, ни на работе не позволяла себе плакать. И от этого было ещё тяжелее.

Я не хотела подвести, обмануть возложенные на меня ожидания. Например, вплоть до пандемии коронавируса я боялась признаться, что болеваю. Уже чувствуя температуру, уже захлёбываясь насморком, продолжала имитировать здоровье и рабочий настрой. Потом, конечно, лежала в лёжку.

Не было бы счастья, да несчастье помогло. В период пандемии на первый план вышла социальная ответственность. «Не зарази ближнего!». Теперь я задвигаю подальше свои закиданы и надеваю маску при первых симптомах простуды.

Дома я настойчиво озвучиваю идею о том, что заболеть – не злостное преступление, а естественная неприятность. Заболевшего надо пожалеть и поддержать, а не запинывать морально, вызывая острое чувство вины, что он (дрянь такая!) посмел нарушить всеобщее благоденствие.

Обижаюсь ли я на маму? Нет, конечно. Она очень меня любит, заботится и желает добра. Её фраза про «балдеть да болеть» – эхо сказанного бабушкой. Мама всегда воспроизводила бабушкины принципы как единственно правильные, даже если у неё возникали сомнения. Это логично. Я наблюдаю то же самое в других семьях. Поколение бэби-бумеров можно назвать «поколением послушников» или «подкаблучников». Каблук принадлежал их родителям. Но справедливо ли осуждать бумеров, если в основе поведения – безмерная благодарность, уважение и восхищение теми, кто победил?

Обижаюсь ли я на бабушку? Когда только осознала факт «оставления ребёнка в опасности», пылала праведным гневом. Как же так можно, как?!

Но потом – и в этом заключается метод моей книги – я решила размотать загадочный психологический клубок, который годами, десятилетиями мотали мои предки.

Если бабушка так со мной поступила, значит, что-то тому способствовало?

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.