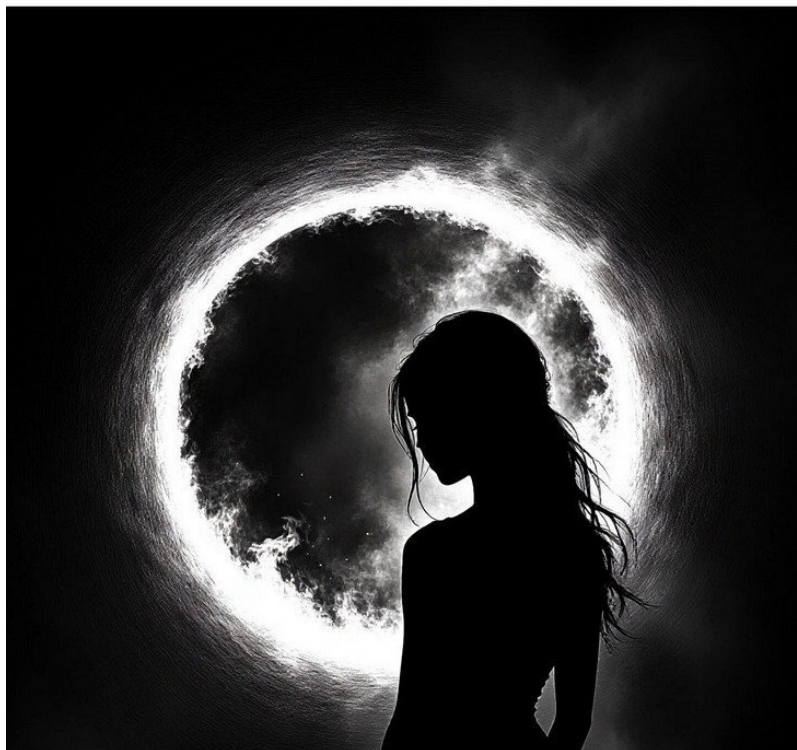


18+

Кати Хо

*Выход из себя*



# Кати Хо

## Выход из себя

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=73312848](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=73312848)*

*ISBN 9785006926387*

### Аннотация

Иногда эмоций в тебе становится слишком много: ты разрушаешься от того, что бурлит внутри. Не понимаешь, хорошо это или плохо – чувствовать так ярко. Не можешь переварить, усмирить, отодвинуть на задний план. Когда эмоции складываются в строчки, рождается книга. Эта книга мой способ сказать миру, что чувствовать можно и нужно, что не бывает эмоций плохих и хороших, какие бы они ни были, они мои, ваши, любого человека на голубом летящем во вселенной шарике.

# Содержание

Вместо предисловия	5
Часть 1. СИЛУЭТЫ	8
Часть 2. ВОЗВРАЩЕНИЕ СЕБЯ	25
Конец ознакомительного фрагмента.	37

# Выход из себя

**Кати Хо**

© Кати Хо, 2026

ISBN 978-5-0069-2638-7

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# Вместо предисловия

В июльский выходной день тебе очень холодно. Озноб и дрожь не оставляют тело в тридцатиградусной жаре вот уже несколько часов. Волнение.

Волнение на грани паники. До такой степени, что в центре шумного, полного людей парка, ты стоишь в абсолютной тишине, в вакууме своего сознания. Сознания, в котором далёким эхом бьётся сердце и клубятся эфирными завитками строчки. Строчки путаются, и не желают встать так, как было задумано, написано, пропето в песне. Они ускользают.

Ты стоишь в уголочке летней сцены, ожидая своего выхода. Волнение. Теперь переживаешь, что не сможешь сделать и шаг, когда тебя объявят. Как когда-то давно, в детстве. А может уже вызвали, а ты не услышала...

В сознании возникают силуэты зрителей: все разной комплекции, разного цвета, но ничего конкретного не разглядеть. Ты слегка поворачиваешь голову и видишь ведущего на сцене. Он монохромный: чёрный костюм, из-под которого виднеется белая рубашка, на ногах белые кеды, на голове – чёрные волосы. Он подносит микрофон ко рту, его губы что-то говорят в шарик с чёрной железной сеточкой. Твой взгляд прикован к этому действию, вместе со словами из суховатых пухлых губ вылетают слюни. Зачем такие подробности? Твоё зрение стало чётким, как у человека-паука. Твои губы тро-

гает улыбка. Это истерическое.

Ты всё ещё ничего не слышишь. Кроме сердца. Оно разошлось не на шутку. И долбит в висках и во всём теле. Тебя подкидывает от каждого удара. Как расслышать другие звуки?

Прикрываешь глаза. Заново пытаешься собрать наглые строчки в тёмном сознании по порядку. Первая, вторая, так, четвёртая, подождёт, третья, а теперь – четвёртая, далее... Наконец, текст выстраивается, накрывая своим полотном сердце, заглушая его стук.

За секунду до того, как ты вновь открываешь глаза, слуха касается твоё имя, а следом голову заполняют звуки голосов, аплодисментов, музыки. Стоишь, привыкая к этому ансамблю жизни летнего парка.

Глаза видят, как монохромный ведущий отходит от стойки с микрофоном и показывает в твою сторону рукой, рукой в чёрном рукаве с торчащим на запястье белым манжетом рубашки, рукой с белым листом, приколотым к чёрной папке, белым листом с чёрными буквами твоего имени.

Стук – удар сердца. Стук – удар каблука по деревянному настилу. Стук – удар сердца. Стук – удар каблука по деревянному настилу. Поворачиваешь голову на то место, где ты только что стояла, вцепившись ледяными пальцами в стойку сцены. Зрение пошло мутной рябью, и тебе кажется, что ты так и осталась стоять на месте.

Но как же звуки каблуков на сцене? Стук – удар сердца.

Отворачиваешься от себя, от размытого силуэта у колонны. Сосредотачиваешься на чёрном микрофоне, на стойке посередине сцены. Поворачиваешь взгляд к разноцветным силуэтам под сценой.

Стоишь на месте? Вдох. Выдох. Вдох. Удар сердца. Сознание проясняется – возвращаешь себе себя.

Идёшь. Это твой выход.

**Выход из себя.**

# Часть 1. СИЛУЭТЫ



\*\*\*

Я сегодня хожу по памяти  
Осторожно, босыми ногами...  
Осколкам легко меня ранить.  
Как же это случилось с нами?

Накопили в себе проблемами  
Целый ворох обидных фраз,  
Превратили мы боль в систему,  
Что выть заставляет нас.

Мы корчимся в диких муках,  
Каждый день – поле боя и слёз,  
Но боимся НАС рушить разлукой.  
Верим, что всё не всерьёз:

Мы не ищем конца войны,  
Светлый выход в новое завтра.  
Души ждут тепла и весны.  
Мы висим, будто космонавты

В холоде нашего космоса,  
В каменном поясе общих обид.  
Настоящее – чёрные полосы.  
Чёрные дыры, будто магнит,

Втянут в себя любовь и хорошее,  
Что было когда-то с нами.  
Я режусь осколками прошлого,  
Куда влезла босыми ногами.



\*\*\*

Жизнь проносится день за днём,  
Пролетает кусок за кусочком.

Мы же все всё равно умрём...  
Мы живём от начала до точки.

Так зачем терзаем друг друга!?  
Разрушаем сомненьями души!?  
Мы сбежим из порочного круга —  
Перестанем искать, кто лучший.

Наши взгляды увидят солнце!  
Каждый мир без условий важен.  
Или взрывом жизнь разобьётся?  
Уплывёт кораблик бумажный,

На котором хотели мы в завтра,  
За который хватались руками?  
Как легко может жизнь разбиваться,  
Если был ненадёжным фундамент...



## **Осенний дождь**

Льются, будто осколки неба,  
Миллионы холодных капель.  
Осень в мир ворвалась с разбега,

Зло смывает тепла остатки.

Ничего у нас больше не будет:  
Ледяные руки не греют,  
Мои мысли тебя забудут,  
Твои чувства, как угли истлеют.

Как листок, улетит по ветру  
Наше прошлое доброе счастье.  
Не смогли заставить планету  
Под музыку нашу вращаться.

Осень снова пришла за летом,  
Ледяными дождями смывая,  
Все вопросы твои без ответа,  
Все надежды мои у края.



\*\*\*

В пустыне сидел на камне  
Человек, опустив глаза.  
Он мечтал, чтоб упали капли  
На песок, и гремела гроза.

Он мечтал увидеть поляну,  
Вдохнуть океанский бриз,  
Окунуться в глубь океана,  
Увидеть горную высь.

Но его обжигало солнце,  
И ступни утопали в песке...  
Жизнь к нему уже не вернётся,  
Каплей пот скользит на виске.

Он мечтает о белом снеге,  
Но не может встать и идти.  
На другом конце света медведи  
Ждут, когда же начнёт светить

Солнце в этой кромешной мгле.  
Им так хочется хоть минутку  
На песке полежать в тепле,  
Под лучами греть белую шубку.

Но бредут, утопая в снегу.  
И сидит одиноко в песке.  
Жизнь даёт тебе ту высоту,  
На какую есть силы в тебе.



## Не такая

Я не такая – я устала,  
когда не надо уставать.  
Я не такая – я психую,

когда не надо психовать.  
Я не такая – я читаю,  
когда нам надо говорить.  
Я не такая – я мечтаю,  
когда нам надо проще жить.

Я не такая – я ругаюсь,  
когда мне надо помолчать.  
Я не такая – я страдаю,  
пусть нет причин мне пострадать.  
Я не такая – сердцу больно,  
хотя должно быть хорошо.  
Я не такая – ведь ты рядом.  
Что нужно от тебя ещё?

Я не такая – я как мама,  
когда пугаюсь невпопад.  
Я не такая – я как папа,  
своих решений сыплю град.  
Я не такая – отдыхаю  
в толпе, когда народа шквал.  
Я не такая – ты когда-то  
меня другую представлял.

Я не такая, как в тот день,  
когда меня увидел ты.  
Я не такая – не похожа  
на твои детские мечты.

Я не такая, как казалась,  
когда рожала нашу дочь.  
Я не такая – нету сил,  
я не могу во всём помочь.

Я не такая, но какой  
ты хочешь, мне не стать.  
Я не такая – слышу утром,  
и когда ложимся спать.  
Я не такая, так зачем ты  
продолжаешь рядом быть?!  
Я не такая. Может время  
тебе меня совсем забыть?



## Семья?

Упрямый дождик бьёт в окошко —  
Ему не надо отдыхать.  
Как будто детская ладошка

Мальчишки, что не хочет спать,  
Он по окну стучит с надрывом,  
Уверен он, что прав во всём:  
Что нету смысла в перерывах,  
И спать не должен этот дом,  
Где есть секреты друг от друга,  
Где слышать могут лишь себя,  
Где не даётся по заслугам,  
Где каждый бросил якоря  
От безысходности и лени,  
Не хочет думать о другом —  
Живущих пара поколений,  
Случайно заточённых в дом.  
И дождик гулко бьёт по крыше,  
Он просит всех не засыпать:  
Пусть скажет тот, кто всех повыше,  
Что хочет слышать и понять  
Того, кто рядом этой ночью,  
Того, кто наполняет дом,  
Того, кто с книгой спать не хочет.  
Понять сегодня – не потём.  
Пусть скажет та, что всех погромче,  
Что эта жизнь имеет смысл,  
Есть каждому в душе кусочек,  
И в пазл не зря все собрались.  
Пусть скажут те, кто всех дороже,  
Как счастье нужно им сейчас,  
Что больно видеть злые слёзы,  
Из добрых и любимых глаз.

Упрямый дождик ждать не станет  
Момента, времени и сил —  
Он будет в окна барабанить,  
Чтоб каждый близкого спросил,  
Услышал и проникся чувством,  
Тем искренним до глубины глубин,  
Чтоб овладел любви искусством,  
Увидел, что он нужен, важен,  
НЕ ОДИН



\*\*\*

Я однажды забуду помнить,  
Как красивы бывают рассветы,  
Как цветёт под окном шиповник,  
Будто флаг наступившего лета.

Я когда-то забуду помнить,  
Как клубники краснеет поляна,  
Как росы застывают блики,  
Будто пролитых слёз океаны...

Я однажды устану помнить  
Красоту подлунного мира,  
Как летали вдвоём с тобой  
В ночь, когда я тебя любила.

\*\*\*

Сдаюсь. Подходи – бери!  
Белый флаг и красное кружево...  
Мы в одной стороне – не враги.  
Наконец, я нежная, нужная...

На коленях. И это не всё.  
Сдаюсь поцелуями пряными.  
Нас как щепки вместе несёт  
Страстно сильными океанами.

Поцелуй разорвать нету сил.  
Мы навеки связаны вместе!  
Сдаюсь, как ты и просил,  
Забирай беззвучную песню...

Только шёпот и лёгкий кивок,  
Только сзади иду за тобой...  
Был бессмысленным глупый рывок!  
Сдаюсь.  
Сама.  
Не проигран бой.

\*\*\*

Меня нет. Осознание внезапно  
Резануло по скомканным нервам.  
Я к себе рванула обратно,  
Но увы – я не буду там первой.

Там уже потоптались ботинки,  
Покопались там даже лопатой,  
Там собрали однажды коринки  
И сожгли. Я сама виновата:

Нельзя предавать свою душу,  
Подчиняться чужим стремленьям,  
Выбирать быть немой и послушной.  
Меня нет. Остаётся смятенье...

## Часть 2. ВОЗВРАЩЕНИЕ СЕБЯ



**Двое**

Белые снежинки таяли на лобовом стекле. Красивые хо-

лодные одна за одной они попадали на стекло и превращались в капли. Капли блестели на стекле в свете фонарей, фар и стоп-сигналов. Блестящие капли безжалостно стирались дворниками. На их место тут же падали другие снежинки.

Это зрелище завораживало её. Не хотелось думать больше ни о чём кроме блестящих на стекле капель. Усталость заставила вжаться в автомобильное сиденье, закутаться поглубже в тёплый пуховик и молчать. Усталость разлилась по всему телу, проникла в мозг и сковала мысли.

Усталость в последние годы была главным её ощущением. Она отражалась в глазах и блестела каплями на ресницах, она оседала на коже рук, которая стала похожа на старый выцветший смятый пергамент. Ей казалось, что она смогла подружиться и жить с вечной усталостью.

В это тёмное осеннее утро, так похожее на ночь, усталость разлилась по салону машины, заполняя пространство между ними. Их было двое в машине. Уже много лет их было двое в машине. За эти годы пространство между ними заполнялось разными ощущениями и чувствами: страстью, любовью, благодарностью, злостью, раздражением, обидой. Усталость тоже была. Но сегодня усталость была необыкновенно тягучей, всепоглощающей, оседающей на одежде и забирающейся под кожу, по которой бегали мурашки озноба. Хотелось удлинить пуховик, чтобы закутать в него ноги.

Она смотрела на капли снежинок на лобовом стекле. Капли стекали, переливаясь разными цветами, иногда слипались

друг с другом и продолжали свой путь вместе одной пухлой каплей. Затем капли стирали дворники. У неё не было каких-то мыслей по этому поводу. Это были просто капли на стекле. А вокруг была усталость и казалось, что за рулём тоже была усталость. Человеку здесь было бы нечем дышать.

Но он был здесь. Сидел совсем рядом на водительском сиденье. Он наверняка тоже видел капли снежинок на лобовом стекле. Он наверняка о чём-то думал и что-то чувствовал. Она не знала. Впервые в жизни, она не знала, что он испытывает в моменте. Возможно это злость, раздражение или обида. Это были самые частые его эмоции последний год. Но сейчас она не могла считать абсолютно ничего. Будто её усталость поглотила и его чувства. Быть может усталость завернула его чувства в кокон, чтобы те не коснулись её, сидящей совсем рядом на пассажирском сиденье. Чтобы не убили нечаянно, потому что усталость забрала себе все её силы, все без остатка.

Она ехала на работу, впереди был день, осень, половина жизни...

\*\*\*

Ненастоящий мир с ненастоящим солнцем.  
В ненастоящем небе клубятся облака.  
Ты не ждала уже, когда от сна проснёшься.  
Ритм жизни отбивала сонная рука.

Ненастоящий мир наотмашь бил и бил,  
Но падать на тебя так не похоже.  
Ты шла с надрывом, не жалея сил.  
Кровь не течёт, ты мёртвая под кожей.

Ненастоящим утром трудно насладиться,  
Пусть ощущаешь кофе и корицы аромат.  
Но как бы сильно не хотелось слиться,  
В ненастоящей жизни никто не виноват.

Идти, скрипя, всё дальше по привычке,  
Заталкивая глубже в тело неживую душу,  
Средь тысяч ты горишь упрямой спичкой,  
Но жаль – нет одного, чтобы тебя послушать.

Чтобы его глаза пронзили тьму сознания,  
А руки стёрли ненастоящий тошный мир,  
Чтоб правдой были счастья обещанья,  
Чтобы теплом своим он душу разбудил.

\*\*\*

Ты сминал сигаретный дым,  
Чашки кофе в себя вливал.  
Ощущал себя молодым.  
Жизнь не строил свою – ломал.

Задохнулся, когда смотрел  
В пепелище никчёмных грёз.  
Умер. За миг догорел,  
Когда понял, что всё всерьёз.

Тяжело подниматься ввысь,  
Если крыльев нет и когтей.  
Те, кто всё-таки поднялись —  
Будто зарево в темноте.



## **Внутри**

Я вновь иду по темноте сознания,  
Напоминая, кто здесь командир.  
Но форма далека от содержания —

Внутри застыл иль умер целый мир.  
Здесь в лёд погружены надежды.  
Здесь пеплом крепко скована любовь.  
Здесь веры нет, что будет всё, как прежде,  
Здесь в ужасе давно застыла кровь.  
Внутри меня шершавые, сухие камни.  
На всех сосудах плотной коркой лёд.  
Не осмотреться и не повернуть. Куда мне!?  
И горя мало, если мёртвый мир умрёт.



## **Кино**

Я живу, как будто на экране.  
Я хожу по съёмочной площадке.  
Жизнь вокруг не трогаю руками,

Потому что до локтя на мне перчатки.

Я касаюсь через полотно предметов,  
Будто реквизита на площадке.  
Жизнь моя проходит кинолентой.  
Не со мной. И до локтя на мне перчатки.

Стою. В руках приклад сжимаю крепко.  
Вижу белый контур на площадке.  
Не найдут, кто выстрелил так метко,  
Потому что до локтя на мне перчатки.

Я срываюсь с места – вверх взлетаю!  
Можно всё на съёмочной площадке!  
Ручейком под камни утекаю...  
На Земле оставлю лишь перчатки.



\*\*\*

Слова. Ответ. Пробило диафрагму:  
Под рёбра бьёт упрямая обида,  
И сердце жжёт в спине горячей магмой.

Но дожимаешь до конца, ведь боль не видно.

Усталость с раздражением так схожи.  
Слова возможно всякие сказать.  
Мурашки от экстаза, видные на коже,  
Вообще, всё, что угодно могут означать.

Я для тебя застыла белой маской.  
Ты для меня всё также незнаком.  
Желаешь ты любовь, уют и ласку:  
От мёртвого чудовища оживший дом.

Ты счастья ждёшь, и требуешь таблетку!  
Чтоб положила под язык и налила воды.  
Ногой стучишь, и запираешь клетку.  
Стираешь душу, обесценив все труды.

И если утону в болоте из ошибок,  
Тебе плевать, ведь ты не виноват.  
Бодрящих ищешь на лице улыбок,  
А я бегу от боли в безнадёжный мрак.

Ты видишь то, что ты увидеть хочешь,  
Я слышу лишь обрывки из предъяв.  
Мы, словно призраки, по тёмной ночи,  
Проходим сквозь, друг друга, не поняв

И не услышав, что уж там... Мы даже



# 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.