



18+

E.T.I.N.

# Мира Роуз

## Саморефлексия

*<https://litres.ru/74124688>*

*SelfPub; 2026*

### Аннотация

Она всегда была правильной девочкой: золотая медаль, красный диплом, успешная карьера. Она не плакала при посторонних и не подпускала мужчин близко – с детства знала: рассчитывать можно только на себя. Но в тридцать лет, сидя в кабинете психотерапевта, она вдруг понимает, что устала быть сильной.

Всё началось с него – старшего, харизматичного, женатого преподавателя. Сначала он был примером, затем наставником, а потом человеком, который разрушил все её запреты. Его семья рушится, он предлагает дружбу, и она, вопреки всему, соглашается. Переписка, редкие встречи, магнетизм, которому невозможно сопротивляться. Но когда на горизонте появляется бывшая жена, а за спиной – осуждение родных, героине приходится выбирать между моралью и любовью, страхом и доверием.

Эта исповедь – честный рассказ о том, как одна встреча способна перевернуть мир, и как, теряя броню, мы наконец обретаем себя. Для тех, кто боится любить, но всё же надеется.

# Содержание

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| Глава 1                           | 4  |
| Конец ознакомительного фрагмента. | 10 |

# Мира Роуз

## Саморефлексия

### Глава 1

Глава 1. Там, где кончается броня

Я никогда не плачу при посторонних. Это правило я выучила в пять лет, когда впервые увидела, как мама плачет на кухне, а папа молча смотрит телевизор. Тогда я поняла: слёзы не помогают, они только делают тебя слабее в чужих глазах. И я решила, что буду сильной. Что никто не увидит моей боли.

Сейчас мне тридцать, я сижу в мягком кресле напротив женщины с добрыми глазами и блокнотом, и слёзы текут по моим щекам. Я не могу их остановить.

– Расскажите, что вы чувствуете в этот момент? – спрашивает она тихо.

– Стыд, – выдыхаю я. – Стыд за то, что я здесь. Что я, взрослая, состоявшаяся, сильная, не могу справиться с тем, что . . . что я не знаю, кто я на самом деле.

Она молчит. Даёт мне пространство. За окном – ноябрь, серый, промозглый, без снега. Город, в который я когда-то сбежала от своей маленькой жизни. И сейчас я снова хочу сбежать – от своих мыслей, от боли, от человека, который

вошёл в мою жизнь и разрушил все мои представления о том, какой должна быть женщина.

– Мне тридцать, – начинаю я, вытирая слёзы. – У меня есть муж, которого я люблю. Дом, работа, планы. Но внутри – пустота. Я пришла сюда, чтобы понять, как так вышло, что из девочки, которая мечтала доказать всем, что она не хуже мужчин, я превратилась в женщину, которая просто хочет быть любимой. И боится этого больше всего на свете.

Психолог кивает, записывает что-то в блокнот. Её глаза не осуждают. И я понимаю, что могу рассказать всё. С самого начала.

Я родилась случайно. Меня не планировали. Мама говорила, что я была зачата по любви, но не по плану. Они с папой не были женаты, когда узнали обо мне. Отец испугался – он был старшим в семье, рано повзрослел, сам ещё не наигрался в детство, а тут – ответственность. Мама, наоборот, была тверда и уверена, несмотря на свою внешнюю мягкость и ранимость: «Я рожу этого ребёнка, даже если мне придётся растить его одной». Её не волновало, женится ли папа, примет ли их его семья, останется ли она одна. Ей было важно одно – дать мне жизнь.

Они поженились. Папа сделал предложение после долгих разговоров с бабушкой. Родилась я – девочка. Папа хотел мальчика, помощника, но, увидев меня, смягчился. Мама рассказывала, как после роддома он любовался мной, гладил мой носик и говорил: «Она вся в тебя». И я верила, что они

любят друг друга. До сих пор верю. Но я также помню её слёзы.

Я помню вечер, когда мне было лет семь. Мама стояла у плиты, варила суп, а папа молча сидел за столом. Бабушка, его мать, только что ушла, оставив за собой колкость. «Невестка-то у нас не из нашей породы, вся в своих амбициях». Я сидела в углу и видела, как мама сжимает ложку так, что пальцы белеют. Она не плакала при них. Она заплакала позже, когда я вышла на кухню попить воды. Она сидела за столом, и плечи её вздрагивали.

– Мам, ты чего? – спросила я.

– Ничего, дочка, – ответила она, вытирая лицо кухонным полотенцем. – Иди спать.

Я не пошла. Я подошла и обняла её. Она была тёплая и пахла ванилином и сливочным маслом. А я тогда поклялась: я никогда не буду такой. Никогда не позволю, чтобы кто-то делал мне больно. Я стану сильной. Я справлюсь сама.

С тех пор я училась так, как будто от этого зависела моя жизнь. Закончила школу с золотой медалью, не для гордости – для доказательства. Себе, родителям, всему миру: я достойна. Я не подпускала к себе мальчиков. Когда они пытались ухаживать, я отшивала их с ледяной стойкостью. Один агрессивный поклонник попытался взять меня силой в тёмном углу школьного двора – я дала ему сдачи так, что он больше не подходил. Я выросла среди мальчишек и знала, что сила – это единственное, что они уважают.

А ещё я помню, как взрослые друзья моего дяди говорили, когда мне было лет двенадцать: «Вырастешь – я на тебе женюсь», «Вот хорошая невеста растёт». Меня это смешило и смущало, но внутри я думала: я не хочу быть невестой. Я хочу быть той, перед кем мужчины снимают шляпы не за красоту, а за ум и силу.

Я хотела конкурировать с ними. Доказывать, что девочка – не брак, не слабость, не робость и молчаливое повиновение. Что я могу быть лучше, умнее, сильнее. И я доказывала: на олимпиадах, в творческих конкурсах, в учёбе. Я была резкой, иногда грубой, я не давала спуска. И это работало – меня уважали. Но внутри, наедине с собой, я чувствовала холод.

– Вы чувствовали одиночество? – уточняет психолог, когда я замолкаю.

– Нет, – честно отвечаю. – Я чувствовала правильность. Я была уверена, что делала всё правильно. А правильные девочки не должны быть одинокими, они просто самостоятельные.

– А сейчас вы чувствуете одиночество?

Я смотрю в окно. На серый ноябрь. На ветки, которые качаются без листьев.

– Сейчас я чувствую, что устала быть сильной. Но я не знаю, как быть слабой. И я боюсь, что если позволю себе расслабиться, то всё рухнет. Всё, на чем я построила себя.

Психолог откидывается на спинку стула.

– Катя, что бы вы сказали той маленькой девочке, которая видела плачущую маму?

Я закрываю глаза. И вижу себя – задумчивая девочка лет семи в хлопковом платье задумчиво стоит в дверном проеме. Она смотрит на меня и ждёт ответа.

– Я бы сказала ей, – говорю я медленно, – что она не обязана быть сильной всегда. Что её любят просто за то, что она есть. Что не нужно доказывать свою ценность. И что однажды появится человек, который посмотрит на неё так, что она забудет все свои клятвы.

Я открываю глаза. Психолог улыбается.

– И этот человек появился?

Я киваю. На губах появляется еле заметная улыбка. Сердце начинает биться быстрее.

– Да. Он появился. Но вместе с ним появилось огромное количество НО в виде его настоящего и прошлого. Я тогда даже не подозревала, что эта встреча разобьёт мою броню на тысячу осколков. Что я, "правильная девочка", окажусь в центре скандала, угроз и собственного стыда. Что мне придётся выбирать между тем, кем я была, и тем, кем я могу стать.

Психолог смотрит на часы.

– Наше время почти закончилось. Но вы можете продолжить на следующей сессии.

– Я знаю, – говорю я. – Я хочу продолжить. Потому что я должна понять, как я до этого дошла. И что мне делать



дальше.

Я встаю, надеваю пальто. У двери оборачиваюсь.

– Знаете, что самое страшное? Я до сих пор не знаю, правильно ли я поступила. Я всё ещё сомневаюсь. Но когда я смотрю на него, я чувствую, что это правильно. Даже если весь мир говорит, что это неправильно.

Психолог молчит. Я выхожу в коридор, и там, за спиной, тихо закрывается дверь.

На улице идёт мелкий снег. Я поднимаю воротник и думаю о том, что через неделю я расскажу ей эту историю с самого начала. С момента, когда я впервые увидела его – на первом курсе, на лекции, и подумала: «Какой прекрасный мужчина. Наверное, он идеальный муж и отец».

Я тогда не знала, что он станет моим мужем. И что дорога к этому будет вымощена слезами, сомнениями и чужими проклятиями.

Но я знаю одно: я всё равно сказала бы той маленькой девочке: «Да, ты справишься. Ты всегда справлялась. Но, может быть, в этот раз позволь себе не справляться? Позволь себе просто быть».

И она, та девочка, улыбнулась бы мне. И сказала бы: «Я попробую».

# 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.