

The background of the book cover is a dark green color. It is decorated with several gardening tools and red hearts. In the top left, there is a silver pitchfork with a wooden handle. In the top right, there is a silver shovel with a wooden handle. In the bottom left, there is another silver pitchfork with a wooden handle. In the bottom right, there is a silver shovel with a wooden handle. Scattered throughout the background are several red hearts of different sizes. Some hearts are attached to wooden sticks, resembling heart-shaped stakes or markers. A white rectangular box with rounded corners is in the top left corner, containing the text '18+'.

18+

АННА АВЕРИНА

ФРАКТАЛ СТРАСТИ: КАЛЕЙДОСКОП ИЗ БЫВШИХ

10 ПСИХОТЕХНИК КАК
НЕ НАСТУПАТЬ НА ГРАБЛИ

Анна Аверина

**Фрактал страсти: калейдоскоп
из бывших. 10 психотехник
как не наступать на грабли**

<https://litres.ru/74253174>

ISBN 9785007054959

Аннотация

Успешная писательница Жанна, мать Маринетт Мортем с ее детства скрывает от своей дочери ее настоящего отца рок-музыканта Михаила Кремнева и череду своих ярких романов. Встреча с красавцем Джейме дарит ей надежду создать фейковую картинку «счастливой семьи», но обнажает ее проблему: её парни — лишь фрактальные подобию друг друга. Чтобы разорвать этот круг, ей предстоит отпустить прошлое и понять, что главное — это безусловная любовь к дочери, а не призрачный шанс выиграть конкурс лав-стори.

Содержание

Аннотация	5
Что вы получите от этой книги?	7
10 практических техник на все случаи жизни	8
Введение	12
Пролог. Пазлы Сердца: Закономерности фрактальных встреч	15
ЧАСТЬ 1. ВХОД В ФРАКТАЛ: Осколок надежды	18
Глава 1. Фрактал страсти: Бывшие парни, отношения и бесконечный калейдоскоп встреч	18
Глава 2. Тайна происхождения: почему я не могу показать дочери модель семьи	22
Глава 3. Крах института брака: анатомия финансового предательства	27
Глава 4. Дима и Стас: два полюса одной души	31
Глава 5. Вход в фрактал: иллюзия вечности в двух встречах	35
Конец ознакомительного фрагмента.	37

Фрактал страсти: калейдоскоп из бывших 10 психотехник как не наступать на грабли

Анна Аверина

*Поздно. Слишком поздно
Жертвенным огнем своей души
Я сжигаю все, он так спешит
Навсегда тебя оставить в прошлом.
И, возможно,
Станешь самой горькой из потерь
Только, знаешь, завтра, как теперь,
Ни о чем не пожалею я.*

«Поздно», IVAN & SHAMAN

Обложка Fabula-ai

© Анна Аверина, 2026

ISBN 978-5-0070-5495-9

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Аннотация

«Фрактал страсти» — это не просто роман о разрыве отношений. Это глубокое исследование цикличности выбора и материнской вины.

Героиня романа, Жанна, обнаруживает пугающую закономерность: парни в её жизни повторяются, словно узоры в калейдоскопе. После двух встреч с моделью Джейме, который кажется ей идеальным, она сталкивается с болезненным осознанием. Её главная трагедия — не в этих повторениях, а в том, что самый важный человек в её жизни, дочь — Маринетт Мортем, никогда не видела настоящей модели семьи. Скрывая от нее ее происхождение от рок-музыканта Михала Кренева и свои романы, Жанна пытается уберечь ребёнка от лишней информации о бурном образе жизни, но это лишь усугубляет чувство собственной неполноценности.

Крах короткой интрижки заставляет её препарировать свою боль и превратить её в рабочий материал. Она проходит путь от использования мужчин как ресурса до понимания, что единственная константа, способная повлиять на будущее дочери, — это искреннее материнское счастье и принятие себя.

Эта книга — честный разговор о том, как выйти из бесконечного круга «фракталов страсти» и найти опору внутри, когда внешний мир рушится.

Анна Аверина — не просто писатель, а ваш личный психоаналитик. Её книга — это не утешение, а инструкция по выживанию для умных и успешных женщин, которые устали от калейдоскопа «не тех» мужчин. Если вы живёте с чувством вины перед своими детьми за то, что не можете показать им модель счастливой семьи — эта книга для вас.

Вы узнаете себя в героине, которая отчаянно пытается создать иллюзию счастья. Но это не просто история. Это практическое пособие, где на примере живого, болезненного опыта героини разобраны 10 ключевых психотехник, которые помогут вам переписать свой сценарий.

Что вы получите от этой книги?

Прочитав книгу и освоив описанные в ней техники, вы обретёте практические инструменты для работы над собой — в первую очередь в сфере личных отношений и эмоционального благополучия. Разберём подробнее. Вы получите:

Большую осознанность в отношениях: научитесь замечать автоматические реакции и сценарии, которые раньше действовали «на автопилоте».

Эмоциональную устойчивость: сможете управлять своими чувствами, а не подчиняться им в критические моменты.

Самодостаточность: перестанете искать в партнёре источник счастья и научитесь генерировать его внутри себя.

Здоровые границы: научитесь уважать свои потребности и чётко их обозначать, в т. ч. телесные.

Гибкость мышления: замените деструктивные установки на конструктивные, что положительно скажется на самооценке.

Опору внутри себя: найдёте внутренние и внешние ресурсы, не зависящие от поведения других людей.

Достичь всего этого удаётся благодаря применению десяти уникальных психологических техник — каждая из них подкреплена реальным жизненным примером с подробным разбором механизма действия и итоговым результатом.

10 практических техник на все случаи жизни

1. Техника «Сепарация архетипа»

Суть: Отделить реального человека от образа, который вы на него проецируете (образа отца, бывшего мужа, первой любви).

Как работает: Вы учитесь замечать, когда ваши эмоции вызваны не действиями партнёра «здесь и сейчас», а вашим прошлым опытом. Это позволяет реагировать адекватно ситуации, а не старым обидам.

2. Техника «Деконструкция ресурса»

Суть: Перестать искать в партнёре источник энергии, счастья и смысла жизни. Научиться генерировать эти состояния самостоятельно.

Как работает: Вы смещаете фокус с «что он мне даёт» на «что я делаю для себя». Это снимает с партнёра непосильный груз ответственности за ваше благополучие и делает вас более самодостаточной.

3. Техника «Инвентаризация паттерна»

Суть: Осознать свой главный сценарий выбора. Например: «Стабильность = недежность» и «Драма = любовь».

Как работает: Выписав этот паттерн, вы перестаёте действовать на автопилоте. Осознав, что вы выбираете между

двумя ложными крайностями, вы получаете возможность выбрать третий, здоровый путь — спокойную близость.

4. Техника «Эмоциональная гигиена» (Правило 24 часов)

Суть: Не принимать никаких важных решений и не вступать в контакт в состоянии острой эмоциональной боли.

Как работает: Дайте себе время (от нескольких часов до суток), чтобы острая реакция миновала. Это убережёт от отправки гневных сообщений и импульсивных поступков, о которых вы пожалеете.

5. Техника «Внутренний свидетель»

Суть: Развить в себе позицию наблюдателя за своими эмоциями.

Как работает: Когда вас накрывает волна чувств, мысленно сделайте шаг назад и спросите себя: «Что сейчас чувствует моя внутренняя девочка? Чего она боится?». Это создаёт дистанцию между вами и эмоцией, позволяя управлять ею, а не тонуть в ней.

6. Техника «Ресурсный якорь»

Суть: Найти опору, которая не зависит от других людей (любовь к ребёнку, творчество, спорт).

Как работает: В моменты тревоги или одиночества вы сознательно переключаете внимание на свой «якорь». Это возвращает вам чувство контроля и безопасности, которое не может быть отнято партнёром.

7. Техника «Перепрошивка мышления»

Суть: Заменить автоматические негативные мысли на конструктивные.

Как работает: Вы отслеживаете внутренний критикующий голос («я всё порчу», «я слишком сложная») и сознательно заменяете его на поддерживающий («я учусь», «моя сложность делает меня интересной»). Это меняет вашу самооценку.

8. Техника «Границы телесности»

Суть: Начать доверять сигналам своего тела и не терпеть дискомфорт ради сохранения иллюзии близости.

Как работает: Если прикосновение неприятно — вы не заставляете себя терпеть. Вы можете мягко отстраниться или изменить позу. Уважение к телесному «нет» учит партнёра уважать ваши границы в целом.

9. Техника «Принятие фрактала»

Суть: Перестать бороться с тем фактом, что у вас есть повторяющийся сценарий.

Как работает: Вы говорите себе: «Да, мой мозг так устроен. Это моя данность». Это снимает чувство вины («я какая-то не такая») и позволяет направить энергию не на борьбу с собой, а на поиск выхода.

10. Техника «Фокус на константе»

Суть: Сместить главный вектор внимания с поиска партнёра на то, что действительно имеет значение и даёт опору.

Как работает: Вы сознательно уделяете больше времени и энергии не свиданиям и перепискам, а своей дочери, карьере

или хобби. Это наполняет вашу жизнь смыслом вне зависимости от наличия отношений, делая вас цельной личностью.

Это история о том, как признать свой главный провал, перестать использовать мужчин как ресурс и понять: любовь к себе и своим близким — единственная незыблемая основа счастья.

Вы готовы перестать собирать сердце из осколков? Книга Анны Авериной покажет, как выйти из фрактала.

Введение

В основе этой истории лежит не просто очередная интрижка, а глубокая, почти экзистенциальная драма женщины, которая отчаянно пытается склеить осколки своего мира. Успешная писательница Жанна — чья главная вина и боль заключаются не в эмоциональной перенасыщенности от череды романов, а в том, что от своей взрослой дочери Маринетт Мортем она всю жизнь с самого детства скрывает правду. Скрывает имя её настоящего отца, рок-музыканта Михаила Кремнёва, и прячет за семью печатями калейдоскоп собственных привязанностей, боясь показаться «недостаточно хорошей» и разрушить хрупкий образ правильной благодетельной матери.

Встреча с Джейме становится для неё не просто вспышкой страсти, а отчаянной попыткой создать иллюзию. Это попытка построить из картона и надежд фасад «счастливой семьи», который можно было бы предъявить миру и, в первую очередь, дочери. Но этот карточный домик рушится, обнажая горькую истину: её парни — лишь фрактальные подобию друг друга. Она раз за разом выбирает множество разных, но в то же время сходных типажей, проигрывая старый сценарий, в котором финал всегда предопределён.

Кульминацией этого осознания становится момент, когда Джейме говорит Жанне о своем решении расстаться с ней.

Жанна остаётся одна, и её накрывает не обида на конкретного парня, а вся многослойная боль прошлого. Это не только чувство потери, откликающееся в эпиграфе этой книги — со словами песни «Станешь самой горькой из потерь». Песня «Поздно» была выпущена в 2004 году. В контексте исполнения SHAMANом и Александром Иваном композиция приобрела новый смысл: это не просто плач по ушедшей любви, а история о несостоявшихся чувствах и упущенном моменте.

Помимо этого, Жанну накрывает пресыщенный воспоминаниями и чувствами эмоциональный коллапс. Она понимает: значимые отношения погибли, но признать это — значит столкнуться с пустотой. Она боится этого финала больше, чем самого расставания.

Жанна понимает гибель эпизодических, но ярких отношений и боится слушать голосовое сообщение от Джейме, и почти сутки собирается с духом, чтоб услышать его прощальные слова. Выходя из отеля, она уже знает, что всё кончено. Но вселенная, словно издеваясь, подсовывает ей Джейме 2.0 и Джейме 3.0 — почти точные копии её последнего увлечения. Это становится окончательным доказательством её теории: проблема не в парнях, а в фокусе ее внимания. Фрактал замкнулся. Проблема в ней самой.

Чтобы разорвать этот порочный круг, Жанне предстоит совершить самое сложное путешествие — внутрь себя. Ей нужно отпустить прошлое: предательство бывшего мужа, отобравшего квартиру, недоступность Стаса и сердечную

дружбу и любовь Димы. Ей предстоит понять, что главный приз в конкурсе лав-стори — это не фотосессия с красивым парнем ради демонстрации счастья, а собственное я и принятие себя и свободы своего выбора.

Финал этой истории — это не повторяющееся ментальное обращение к Диме как к «огромному сердцу», которое ее просто принимает, и не очередная безумная и отчаянная погоня за Стасом, способным на фейерверки и качели эмоций. Это принятие того факта, что единственная незыблемая ценность и основа в её жизни — это безусловная любовь к дочери. А всё остальное: Джейме, конкурсы, романы — лишь мимолётные фрактальные блики в калейдоскопе привязанностей, которые больше не имеют над ней власти.

Пролог. Пазлы Сердца: Закономерности фрактальных встреч

Я сижу перед пустым экраном ноутбука. В комнате пахнет озоном от грозы за окном и остывшим кофе. На столе лежит распечатка предсмертной записки Маяковского — «Лилия, люби меня». Эпиграф к моей новой книге. Или к моей жизни? Разницы всё меньше.

Фрактальная зависимость — это не научный термин из учебника психиатрии. Это закон подлости, возведенный в абсолют. Когда Вселенная, устав от твоих страданий по одному человеку, решает пошутить и начинает подбрасывать тебе бесконечное разнообразие его копий. Ты думаешь, что закрыла гештальт, а на самом деле просто купила абонемент в парк аттракционов имени своего прошлого. Каждый новый вариант — это тот же самый узор калейдоскопа, но повернутый другой гранью. Тот же изгиб губ, та же холодная усмешка, те же глаза цвета мокрого асфальта, зеленые, карие, голубые. Иногда это приносит радость узнавания, иногда — глухую ярость, потому что ты-то думала, что прошлое давно было забыто и исчерпано.

Но чаще всего возникает ощущение дежавю. Ощущение, что ты бегаешь по колесу сансары, наступая на одни и те же

грабли, только ручка у них каждый раз новая, лакированная.

Что это значит? Может быть, таким образом мир пытается заставить нас выучить урок, который мы прогуляли в прошлой четверти? Мы ищем нечто знакомое, потому что оно дает нам чувство безопасности. Знакомые черты — это как старый плед, в котором тепло, даже если он колется. Но вместе с тем эти повторения — сигнал тревоги. Сигнал о том, что пора перестать смотреть в зеркало заднего вида и наконец-то обратить внимание на то, что происходит здесь и сейчас, и на другие грани нашей личности.

Мы движемся вперед, разрушая старые связи и начиная новые. Но осколки памяти заставляют нас вспоминать тех, кто был когда-то дорог. Они возвращаются в самых неожиданных вариациях там, где ты этого совсем не ждешь и не хочешь. Бесконечный танец калейдоскопов, фрактального подоби́я... или просто человеческая склонность любить то, что тебе по душе, вновь и вновь откликается эхом в лабиринте событий.

Где мы среди всего того хаоса? Где мы — настоящие?

Те самые, которые безуспешно ищут единственно возможный вариант, который бы всех устроил хотя бы на время. Но время бежит, люди меняются, и снова становятся ненужными друг другу. Бесконечная река вечности смывает следы наших попыток построить счастье на чужом фундаменте.

Это я притягиваю в свою жизнь эти варианты (за три недели февраля-марта мне написали трое парней с внешностью

Николая Костера-Вальдау), или моя свобода воли вообще ничего не значит? Это слишком странные совпадения. Мне пишут два-три новых парня в день, это статистически невозможно найти за такой срок трех одинаковых внешне людей. Нет, они реально похожи, потому что остальные не похожи. Только эти трое.

Может, это намёк судьбы: соединить три линии в один узор? Идея манит, но реальность сложнее: две нити уже отделились, третья пока колеблется. Как заставить эти линии пересечься там, где нужно мне? Ну и как мне это сделать, если ничего не получается.

Эта моя книга — попытка ответить на вопрос, почему мы обречены собирать свои сердца из осколков старых отношений, принимая их за новые пазлы. И есть ли способ выйти из этого бесконечного цикла сияющей пустоты, чтобы наконец-то увидеть себя настоящую — ту, которая существует вне зависимости от того, смотрит на неё Джейме из своих фрактальных подобиий или нет.

ЧАСТЬ 1. ВХОД В ФРАКТАЛ: Осколок надежды

Глава 1. Фрактал страсти: Бывшие парни, отношения и бесконечный калейдоскоп встреч

Она приходит домой, закрывает дверь на ключ и выдыхает. За стеной тихо бормочет телевизор — мама смотрит вечерние новости. Дочь дома в своей комнате, но она боится: стоит ей выйти из своей комнаты, как она мгновенно считает её состояние по запаху парфюма или чуть более яркому румянцу. Она не может позволить себе быть для неё открытой книгой. В её жизни слишком много страниц с пометкой «только для взрослых».

Её личная жизнь — это бесконечная череда тайных встреч, которая со стороны выглядит как хаос, а изнутри подчинена строгому, хоть и абсурдному алгоритму. Это фрактал: узор повторяется снова и снова, становясь сложнее, масштабнее, но сохраняя ту же суть. Каждый новый роман — это попытка переписать финал предыдущей главы, доказать самой себе (и невидимому зрителю), что на этот раз всё

будет иначе. Но сценарий неизменен.

Это было ранней весной 2025. Она смотрела на экран телефона, рассматривая его аккаунт. Имя «Витюша» казалось чужим, тяжелым, пахнущим борщом и детским садом. Оно принадлежало миру материнской заботы, вареников на резинке и школьных собраний. Она физически не могла произнести это имя вслух, обращаясь к нему. Слово застревало в горле комком каши.

«Джейме». Слетело с языка легко, само собой. Сначала как шутка, потом как кодовое слово их маленькой вселенной. Он действительно был похож. Не столько на Николая Костера-Вальдау, сколько на тот архетип, который актер воплотил на экране — смесь самолюбования, уверенности, чуткости и опасной красоты. Тот самый взгляд, те же линии лица. Внешность была лишь поводом. Главное было внутри.

Это имя стало броней. Называя его так, она отделяла реального парня от образа идеального любовника, которого рисовало ее воображение. Витюша оставался где-то там, в реальном мире, где он готовится к защите диплома и тусит с друзьями. А здесь, в переписке и гостинице, живет Джейме — рыцарь, лис, персонаж из сказки, у которого нет прошлого и обязательств.

Но чем дольше длилась эта игра, тем отчетливее проступала другая, куда более болезненная параллель. Стоило ему повернуться боком или наклонить голову, как сердце пропускало удар. Точно так же смотрел он. Ее бывший муж.

Алеша. Тот, кто знал ее другой — молодой, наивной, верящей и принимающей его вечную любовь. Тот, чье предательство до сих пор отзывалось фантомной болью в солнечном сплетении.

Сходство пугало и притягивало одновременно. Это было похоже на попытку собрать вазу из осколков разбитого сервиза: вроде бы форма совпадает, но рисунок никогда не сложится в единое целое. Чтобы заглушить тревогу, мозг начинал судорожно искать другие референсы. Кто еще? Лис из Зверополиса. Хитрый, обаятельный, умеющий выживать. Сергей Есенин. Поэтическая душа, спрятанная под маской хулигана. Шаман. Та же энергетика, желание транслировать чувства через голос.

Она листала галерею фотографий, сравнивая ракурсы, пытаясь убедить себя, что это просто совпадение, типаж. Что она не пытается заменить одного мужчину другим, просто купившись на знакомую форму черепа. Но чувство вины никуда не уходило. Ей сорок восемь. У нее взрослая дочь. И она снова бежит по тому же кругу, надеясь найти спасение в объятиях молодого парня, которое напоминает ей о том, кто ее когда-то обманул и предал.

Она выключила свет и легла в кровать, натянув одеяло до подбородка. Завтра нужно забрать зубную щетку из того отеля. Или купить новую. Неважно. Важно то, что завтра придется улыбаться дочери и делать вид, что мир стабилен, а мама — имеет только этот материнский функционал, тем са-

мым создавая однобокий пример для подражания. Хотя на самом деле её мир сейчас состоит из обрывков сообщений, запаха мужского парфюма на чужой подушке и глухой тишины, которую никто не должен нарушать своими вопросами.

Глава 2. Тайна происхождения: почему я не могу показать дочери модель семьи

Идеальная картинка рушится именно тогда, когда ты меньше всего этого ждешь. В моем случае это был не скандал и даже не крик — это был тихий шелест документов на кухонном столе.

Мы жили в этой квартире восемь лет. Три больших комнаты, маленькая кухня и коридор, вид из окон на рынок и свои дома с одной стороны, и пятиэтажки с другой. Я помню, как мы выбирали обои для детской (он хотел серое, я — бежевое), как спорили о цвете штор, в итоге купили персиковые, розовые и серые. Здесь моя Маринетт сделала первый шаг, сказала первое слово «мама», здесь за окном весело летали стрижи, их было хорошо видно и слышно с пятого этажа.

Алеша никогда не говорил, что квартира его, все родственники (включая мою мать, которая дала деньги на обмен) считали, что она общая. А он же оформил так, что обмен своей квартиры произвела его бабушка, а потом великодушно подарила квартиру Алеше. Я верила. Зачем проверять? Мы же семья. У меня был муж, моя престижная работа программиста и трехкомнатная квартира, где мы жили вдвоем с мужем. Я посчитала, что в таких условиях можно ро-

дить, хоть дочь получилась и не от мужа-программиста, а от панк-рок музыканта, хоть и известного, но не стабильного.

В декрете муж приносил зарплату и обеспечивал быт. Я растила ребенка. О том, что Маринетт — не его биологическая дочь, знала только я, и мог бы знать Михаил Крёмнёв. Но в панк-среде воспитывать дочь — для меня было невозможным и не рациональным решением, когда есть все условия, чтоб растить ее в полной благополучной семье.

Позже я подала на алименты не ради денег. Мне нужна была стабильность, ощущение контроля над своей жизнью, которая начала утекать сквозь пальцы, как песок, поскольку Алеша уехал в Москву и не присылал деньги, позволяя однако жить в «его» квартире и оплачивать ему коммуналку, делать ремонт. Я хотела зафиксировать статус-кво, даваемое мне браком. Но я не знала, что тем самым подписываю приговор нашему дому.

— Жанна, мы разводимся, — сказал он спокойно, положив передо мной папку с документами. — Квартира оформлена на меня — я сделал будто моя бабушка взяла деньги твоей матери, присвоила, поменяла свою квартиру, а потом подарила ее мне. Ты и дочь здесь никто.

Это был удар в спину. Не развод, нет. Развод — это цивилизованный процесс, не желаешь нас обеспечивать — смойся с глаз и не появляйся. Выселение — это война. За один день мы превратились из семьи в оккупантов. Моя маленькая девочка смотрела, как я с подругами и их мужьями выно-

сим вещи, и её игрушки, а я стояла посреди пустой гостиной, сжимая в руке постановление об алиментах, которое было правильным решением.

Так мы (я, дочь и моя мать) оказались втроем сначала в трехкомнатной квартире моей матери, а потом накопили денег, и купили трехкомнатную квартиру в Санкт-Петербурге. Так закончилась старая жизнь, построенная на лжи во спасение.

Моя дочь не знает, что я пишу книги о любви. Тонкие психологические романы, где героини страдают красиво и возвышенно. Но она не знает главного: кто является прототипом этих историй.

Настоящий отец Маринетт, Михаил Кремнёв, так и остался фигурой умолчания. Человек, чье имя нельзя произносить вслух при ребенке. Если бы она узнала правду... Нет, я даже думать об этом боюсь. Мир ребенка и подростка хрупок. Узнать, что твой официальный папа — чужой человек, а настоящий — какой-то мимолежный призрак из маминой молодости, и при этом известный человек, это факт — способный сломать психику навсегда.

Поэтому я живу двойной жизнью. Днем я — то преподаватель вуза, то менеджер среднего звена. Я обсуждаю с дочерью планы, общаюсь с ней. Но при этом я постоянно превращаюсь в конспиратора. Телефон и компьютер живет отдельной жизнью под паролями и кодовыми именами («Джейме», «Ланнистер» — какая разница, лишь бы не настоящее).

Мне сорок восемь. Мне нужен отдых, моим нервам — покой. Но моему сердцу нужно подтверждение, что я еще жива. Что я желанна. Что я не просто приложение к холодильнику, унитазу и школьному дневнику.

Каждый раз, оказываясь на свидании, я чувствую себя скрывающимся шпионом. Я оставляю дочь, чтобы окунуться в водоворот страсти, который может закончиться ничем, разбитым сердцем или очередным разочарованием. Я знаю, что поступаю эгоистично. Но альтернатива — стать тенью, женщиной без возраста и желаний, чей единственный смысл существования — варить борщи и гладить рубашки.

Я не могу показать ей модель здоровой полноценной семьи, потому что сама являюсь ходячим примером того, как всё может ни с того, ни с сего внезапно пойти наперекосяк. Бывшая жена, вечная любовница, мать, скрывающая свои увлечения. Как объяснить ребенку, что любовь — это не всегда уютное гнездо, а иногда гостиничный номер и азарт и пустота, а после чувство вины, разъедающее изнутри, что не дала дочери паттерн счастливой семьи?

Я выключаю свет в прихожей, прислушиваясь звукам в комнате Маринетт, их не слышно. Она сидит дома постоянно, погруженная в компьютер в наушниках. Ее словно нет в этом мире. Она погружена в свой мир. В который мне тоже нет доступа. Сидит тихо дома одна. Разве это не хорошо? Разве это не создает лишних проблем? Завтра я снова буду улыбаться. Но я помню, как в детстве она спрашивала: «Ма-

ма, почему ты плачешь?». А у меня не было и нет ответа, который не разрушил бы её мир окончательно.

Глава 3. Крах института брака: анатомия финансового предательства

Разбор отношений с бывшим мужем — это не просто хроника скандалов или измен. Для меня точкой невозврата стало то, что я называю «анатомией предательства». Брак рухнул не из-за отсутствия любви (она была, пусть и трансформировавшаяся) и даже не из-за банальной неверности (тоже была, но это не имеет значения). Он рухнул из-за тотального обесценивания семейных уз и любви через заранее запланированное, и до конца реализованное юридически чистое предательство. Он мог на любом этапе отказаться от этого — задумка, реализация, передумать и раскаяться после оформления. Но нет. Он предавал меня осознанно.

Алексей всегда был человеком прагматичным, но я списывала его прижимистость на воспитание и привычки. Мы жили в трехкомнатной квартире, которая казалась нашим общим домом. Я верила ему безоговорочно, когда он говорил, что это наш общий дом. Я вкладывала душу в этот дом, растила дочь Маринетт, создавала уют. А потом случился юридический крах, ставший зеркальным отражением нашего личного краха.

Я подала на алименты. Это было мое решение, попытка заявить о своих правах, почувствовать почву под ногами спустя несколько лет после развода. Сумма была фиксиро-

ванной, стандартной процедурой. И Алексей стал платить. Молча. Регулярно. Бухгалтерия переводила деньги на содержание моего ребенка, которого он считал своей биологической дочерью. Он нес эту финансовую ответственность годами, будучи уверенным в своем отцовстве.

Ирония судьбы заключалась в том, что именно эти алименты стали юридическим крючком, за который нас выкинули из дома. Когда правда вскрылась (или когда он решил ею воспользоваться), он нанес удар там, где я меньше всего ожидала. Документы на квартиру оказались оформлены на него еще до нашего с ним переезда в эту квартиру. Юридически я изначально была никем. Посторонним человеком, которому милостиво разрешали жить под чужой крышей. Выселение было быстрым и унижительным. Нас с дочерью выставили вон, словно мы были арендаторами, просрочившими платеж.

Это было финансовое предательство и подлость высшего порядка. Не просто кража денег из кошелька, а лишение фундамента существования. Пока я думала, что мы строим семью, он строил крепость вокруг своего капитала, куда мне вход был заказан навсегда.

Ощущение собственной беспомощности накрыло меня лавиной. Если мужчина, с которым ты делишь еду и кров столько лет, способен так хладнокровно просчитать твою уязвимость и обманом использовать закон против тебя — значит ли это, что ты сама виновата? Что ты настолько бес-

правна, что тебя можно стереть из жизни одним росчерком пера?

Именно этот момент стал отправной точкой моего одиночества. Я осталась одна с ребенком. Но самое страшное — я осталась с сожалениями, что не смогла показать дочери хорошую модель семьи. Может это и лучше, чем показывать плохую семью?

Как объяснить ребенку, почему папа ушел? Сказать правду про настоящего отца, алименты и обман с квартирой? Нет. Это разрушит её мир. Как объяснить, почему мама теперь живет иначе, почему в доме нет мужчины, который бы подавал пример поведения? Я стала единственным близким взрослым в поле зрения Маринетт. И этот взрослый — женщина, пережившая сокрушительный удар по жизни.

Моя личная жизнь превратилась в шпионский триллер. Настоящий отец Маринетт, Михаил Кремнёв, существовал где-то в телевизоре и радио, на периферии реальности, имя которого не стоило как то выделять среди других известных музыкантов и артистов. Любые мои попытки построить новые отношения должны быть скрыты от глаз дочери. Она не должна видеть череду мужчин, сменяющих друг друга в сердце матери. Она не должна знать, что её мать ищет приключения, восторги и подтверждения своей женской привлекательности, потому что бывший муж разочаровал ее.

Институт брака для меня умер в тот день, когда я поняла: семья — это хрупкая конструкция, которую может

разрушить один документ. Одиночество стало моим защитным коконом. Я научилась носить маски. С одной стороны я — успешный менеджер/преподаватель, забавная и любящая мать. С другой стороны я — женщина, ищущая страсть и восхищение в объятиях парней вроде Джейме, чтобы доказать самой себе: «я желанна», «я живая».

Но эта двойственность разъедает изнутри. Я не могу дать дочери главного — примера здоровых партнерских отношений, построенных на доверии и уважении к собственности и личности другого человека. Мой опыт учит обратному: будь настороже, прячь свои чувства, скрывай прошлое, потому что любой близкий человек может оказаться предателем, готовым вышвырнуть тебя на улицу ради сохранения своих активов.

Так крах финансовой стабильности обернулся полным крахом моей веры в институт брака и ощущением вечной вины перед дочерью за то, что я не смогла сохранить для неё ту картинку счастья, которую требует общество и рисует реклама.

Глава 4. Дима и Стас: два полюса одной души

Если моя жизнь с бывшим мужем — это анатомия предательства, то мои отношения с двумя другими парнями — это карта моей собственной души. На ней отмечены две крайние точки притяжения, между которыми я болтаюсь всю сознательную жизнь, словно маятник. Два парня, которые определили мой вкус на любовь навсегда: Дима и Стас.

Димочка: точка устойчивого равновесия. С Димой всё было просто до гениальности. И в этом заключалась его главная магия. Когда мне был тридцать один год, а ему восемнадцать, мы встретились, танцуя в баре, как два оголенных провода. Между нами проскочила искра такой силы, что она не погасла даже спустя годы разлуки.

Дима — это фундамент. Это тот самый нравственный закон внутри меня, о котором писал Кант. Сейчас он ушел на раннюю северную пенсию, как майор полиции. Он похож на Дженсен Эклза: красивый, надежный, спокойный, уверенный. С ним никогда не нужно было играть роли. Я могла быть собой — забавной, смешной, простой, естественной. Он принимал это без условий. Его принятие было абсолютным, почти изумляющим своей глубиной.

Мы были любовниками и друзьями одновременно. Мы могли месяцами не видеться, но стоило нам пересечься, как

становилось ясно: ничего не изменилось. Он — моя опора и надежда, что все будет хорошо, человек-сердце. Ему я пишу километры текста, скидываю видео с котами, смешным пуделем Грушой из тик тока и вываливаю весь поток сознания, зная, что он либо прочитает (если захочет), либо просто примет этот информационный шум как данность. В мире, где все остальные пытаются меня переделать или использовать, Диман остается константой. «Я буду любить тебя всегда» для него не пустые мои слова, а сухой факт биографии.

Стас: неустойчивое равновесие качелей. А потом внезапно появляется и исчезает Стас. Если Дима — это земля под ногами, то Стас — американские горки. Мой «май бест лOVER», мой неистовый фейерверк, который длится ровно тридцать секунд, если верить моим впечатлениям, а потом пропадет навеки.

Отношения со Стасом — это чистый адреналин впере-мешку с мазохизмом. Ах да, у нас по его мнению нет отношений. Он недоступен по определению. Он банит меня, игнорирует, заставляет ждать ответа часами, а потом пишет одно слово, от которого у меня подкашиваются колени. Его любимый прием — вытаптывать веселыми и бешеными табунами мои хрустальные подснежники в душе. Он дарит надежду там, где зима, заставляя меня умирать каждую минуту от боли ожидания и непризнанности.

Это эмоциональные качели высшей пробы. Только ты начинаешь успокаиваться и отпускать ситуацию, как он сно-

ва дергает за веревочку. «Детка». Одно это дурацкое слово из его уст действовало как заклинание, вызывая мгновенную дрожь во всем теле. Но цена этого кайфа была непомерно высока. Каждая встреча со Стасом заканчивалась моим нервным истощением. Я ненавидела себя за эту зависимость, но магнит его холодности притягивал сильнее любой логики.

Формирование паттерна зависимости. Именно здесь кроется корень всех моих проблем. Мозг устроен так, что стабильность кажется само собой разумеющейся, а драма — живой. Паттерн сформировался железобетонный:

1. Безопасность = спокойствие. Отношения с Димой, где всё понятно, ясно и надежно, кажутся незыблемыми. Там есть и драйв, и даже борьба, но нет необходимости доказывать свою нужность ежесекундно.

2. Боль = пристрастие. Отношения со Стасом приучили меня к тому, что настоящая чуткость и чувственность должна ранить. Что если парень доступен и открыт, значит, он недостаточно развлекается. Настоящая страсть — это когда нужно выпрыгивать из штанов, и истерить, чтобы заслужить каплю внимания.

И вот я смотрю на Джейме. Витюшу. Я вижу в нем лиса из Зверополиса, хитрость и лукавство. Я ищу в его взгляде ту самую надменную самовлюблённость Ланистера, которая скрывает уязвимость. Я сравниваю его энергетику с Шаманом, потому что мне нужен накал страстей, а не молчание.

Но правда в том, что я сама разрушаю эти попытки по-

строить что-то новое. Мой мозг ищет сложности там, где их нет. Мне становится скушно от простого внимания, потому что оно не вызывает того гормонального всплеска, который вызывал Стас своим игнором. Я не жду подвоха от стабильности Димы, хотя именно он является единственным безопасным портом в этом бушующем море, но я не могу менять его выбор и жизнь, мне и в голову не приходит претендовать на него, он и так с мной, где бы он ни был. И мне этого достаточно.

Моя душа расколота пополам. Одна часть тянется к свету и покою (Дима), другая — во тьму и хаос (Стас). И пока эта трещина не срастется, я обречена выбирать парней, которые заставляют меня страдать, принимая доброту за приємлемость, а равнодушие — за настоящую битву.

Глава 5. Вход в фрактал: иллюзия вечности в двух встречах

Знакомство с Джейме не было похоже на предыдущие встречи Жанны с ее парнями. Это был не просто интерес к красивой оболочке или попытка выбить хрустальные звезды от столкновения разных реальностей, как это бывало со Стасом. Химия, возникшая между ними, была иного порядка — она воодушевляла.

Джейме, спортсмен и модель, чья внешность (схожая с Николаем Костером-Вальдау) и уверенность сразу бросались в глаза, обладал тем самым «лисыим» обаянием, которое Жанна так ценила. Но главным магнитом стала его энергия. В переписке он проявлял тактильность и заботу, обещая быть нежным, что для женщины, чей опыт последнее время был травматичным, стало решающим фактором доверия. Он казался безопасным островком в океане её хаотичной жизни.

Жанна, будучи эмоциональной, подвижной и всегда находящейся на одной волне со своими знакомыми, выглядела при этом невероятно красиво и сексуально. Первая встреча в баре стала отправной точкой. Их диалог, приправленный взаимными комплиментами и лёгким флиртом, быстро перерос в союз равных партнёров. Они обсуждали всё: от татуировок до работы, находя точки соприкосновения. Внешний вид обоих идеально вписывался в атмосферу места: Жанна

в дерзкой косухе и пайетках, Джейме в стильном бежевом пальто. Это было свидание двух людей, которые наслаждались вниманием друг друга без оглядки на внешность, различия и социальные нормы.

Однако истинный переход в иное измерение произошёл вечером следующего дня. Идея снять номер в отеле возникла спонтанно, но именно она запустила механизм создания герметичного мира. Как только за ними закрылась дверь номера, внешний мир перестал существовать. Реальность с её проблемами — дочерью Маринетт, бывшим мужем-предателем, работой и одиночеством — осталась где-то далеко, по ту сторону стены.

Внутри этого маленького пространства начался процесс алхимии. Два человека, уставшие от сложностей своей обычной жизни, получили возможность стать кем угодно. Для Жанны это был шанс сбросить груз сорока восьми лет и ответственности, снова почувствовать себя желанной и живой. Для Джейме — возможность побыть не просто моделью или парнем, а центром вселенной для своей женщины.

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.