

A movie poster featuring a close-up profile of a woman with dark hair, her eyes closed. Her face is partially covered by a cracked, stone-like texture. The background is dark and textured, resembling cracked stone or marble. The title 'ТЕНИ' is written in large, stylized, metallic letters, and 'ПУТЬ К СЕБЕ' is written below it in a smaller font. The name 'МАРИНА БОГОМОЛОВА' is at the top. A '18+' rating is in the bottom right corner.

МАРИНА БОГОМОЛОВА

ТЕНИ

— ПУТЬ К СЕБЕ —

18+

Марина Богомолова

ТЕНИ

<https://litres.ru/74402029>

SelfPub; 2026

Аннотация

Когда в жизнь приходит беда, человек остаётся с ней один на один. Никто не способен прожить его боль вместо него. В такие моменты мир перестаёт казаться безопасным: исчезает чувство опоры, поддержки и защищённости.

Он становится холодным, чужим и недоброжелательным.

Но именно там, где кажется, что надежды больше нет, может начаться путь к себе.

«Тени» — это роман о боли, одиночестве, внутренних конфликтах и мужестве встретиться с тем, что долгие годы оставалось скрытым. Это история о том, как постепенно рождается способность слышать себя, проживать чувства, исцелять внутренние раны и возвращать себе право на собственную жизнь.

Эта книга может стать не только художественным произведением, но и бережным проводником на пути самопознания и самоисцеления. Она не заменяет психотерапию, но помогает увидеть себя глубже, найти слова для своих переживаний и почувствовать, что даже в самой глубокой тьме всегда остаётся возможность двигаться к свету

Содержание

Глава	4
Конец ознакомительного фрагмента.	55

ТЕНИ

Глава

ТЕНИ

Психотерапевтический роман

© Марина Богомолова, 2026

Авторские Права

Все права защищены.

Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена, сохранена в информационно-поисковой системе или передана в любой форме и любыми средствами без предварительного письменного разрешения правообладателя.

Все персонажи и события данного произведения являются художественным вымыслом. Любые совпадения с реальными людьми, живыми или умершими, случайны.

Психотерапевтический роман

Марина Богомолова

Контакты: mminkova192@gmail.com

2026

Аннотация

Когда в жизнь приходит беда, человек остаётся с ней один

на один. Никто не способен прожить его боль вместо него. В такие моменты мир перестаёт казаться безопасным: исчезает чувство опоры, поддержки и защищённости.

Он становится холодным, чужим и недоброжелательным.

Но именно там, где кажется, что надежды больше нет, может начаться путь к себе.

«Тени» — это роман о боли, одиночестве, внутренних конфликтах и мужестве встретиться с тем, что долгие годы оставалось скрытым. Это история о том, как постепенно рождается способность слышать себя, проживать чувства, исцелять внутренние раны и возвращать себе право на собственную жизнь.

Эта книга может стать не только художественным произведением, но и бережным проводником на пути самопознания и самоисцеления. Она не заменяет психотерапию, но помогает увидеть себя глубже, найти слова для своих переживаний и почувствовать, что даже в самой глубокой тьме всегда остаётся возможность двигаться к свету.

Оглавление

Авторские Права

Аннотация

Глава 1. До темноты

Глава 2. Осколки

Глава 3. По ту сторону боли

Глава 4. Дно

- Глава 5. Человек напротив
- Глава 6. Дом, где не ждут
- Глава 7. Линии разлома
- Глава 8. Заслужить любовь
- Глава 9. Человек, которого не было
- Глава 10. Кто скрывался в пустоте
- Глава 11. Хорошая девочка умирает долго
- Глава 12. Тени терапевта
- Глава 13. Интерес к живому
- Глава 14. Когда приходит близость
- Глава 15. Между бегством и жизнью
- Глава 16. Между нами
- Глава 17. Та, что ждала
- Глава 18. Свои лабиринты
- Глава 19. Увидеть себя
- Глава 20. Тело говорит
- Глава 21. Без роли
- Глава 22. Город, который остался во мне
- Глава 23. То, что нельзя вернуть
- Глава 24. Остаться рядом
- Глава 25. Не спасая
- Глава 26. Быть видимой
- Глава 27. Старые убежища
- Глава 28. Прощание с надеждой
- Глава 29. После войны
- Глава 30. Последняя встреча

Эпилог. Жизнь Благодарности Об Авторе

Глава 1. До темноты

Марго

Я всегда была упрямой. Не той милой детской упрямостью, которую взрослые вспоминают потом с улыбкой, а настоящей — тяжёлой, молчаливой, похожей на внутренний стержень, который невозможно согнуть.

Мать говорила:

— Баран упёртый.

И говорила это так часто, что со временем слова перестали звучать как обида. Они стали частью меня, чем-то вроде семейной особенности, переданной по наследству.

Если я чего-то хотела, то шла к этому сама. Не просила, не ждала помощи, не рассчитывала на поддержку.

Я очень рано поняла одну вещь: надеяться особенно не на кого.

Родственницы и соседки меня недолюбливали. А кому понравится угрюмая, упёртая девочка? Все любят милых, весёлых, послушных хохотушек. Ямочки на щёчках, распахнутые глазёнки... Мда, это не про меня.

В детстве меня никто не заставлял учиться, скорее наоборот. Матери было глубоко чихать на мои уроки.

Когда я садилась за уроки, мать могла заглянуть в комнату

и сказать:

— Иди картошку окучивать.

— Мам, мне домашнее задание надо сделать.

— Ночь длинная, сделаешь.

И вопрос закрывался.

У матери не было времени на разговоры, у неё вообще не было времени. Отец пил, иногда запоями, иногда — жизнью. Каждое утро начиналось с похмелья, каждый вечер заканчивался бутылкой.

Мать работала на двух, а иногда и на трёх работах одновременно. Возвращалась домой усталая, раздражённая, с серым лицом человека, который давно перестал ждать от жизни чего-то хорошего.

Я часто ловила на себе её взгляд, тяжёлый, пустой, словно мать смотрела не на меня, а сквозь.

Иногда мне казалось, что мать меня ненавидит.

Не потому, что я плохая, а просто потому, что я есть.

Потому что ребёнка нужно кормить, одевать, лечить, выслушивать. Ребёнок требует сил, которых давно не осталось, и напоминает о времени, когда ещё можно было мечтать, а потом всё пошло не так.

Тогда я ещё не умела объяснять это словами — я просто это чувствовала.

И чем сильнее чувствовала собственную ненужность, тем упрямее становилась. Мне нужно было выжить и выбраться, это была моя главная детская мечта. Не принц, не любовь,

не красивое платье, как у других девчонок.

Просто выбраться из этого дома, этого города, нищеты и бессмысленности.

После школы я уехала в Москву.

С одним чемоданом, несколькими тысячами рублей и уверенностью, что назад не вернусь.

Сначала был театральный институт. Я мечтала о сцене с четвёртого класса, когда пошла в драмкружок.

Правда, в реальности столицы моя мечта прожила недолго. Конкурс оказался таким, что моя провинциальная уверенность разбилась о первую же волну реальности — я не поступила.

Проплакала всю ночь в дешёвом общежитии. Утром умылась, собрала сопли и подала документы на журналистику.

Не потому, что любила журналистику, хотя читать обо- жала, — просто нужно было как-то зацепиться и двигаться дальше.

Я вообще не верила в судьбу как в нечто заранее написанное — я верила в движение.

Стоишь — проигрываешь.

Идёшь — появляется шанс.

За годы учёбы я внимательно наблюдала за людьми, наблюдала и делала выводы. В университете окончательно стало ясно: мир устроен не так, как рассказывают в книжках.

Побеждают не всегда самые талантливые и не всегда самые трудолюбивые.

Очень часто побеждают те, кого знают, те, кому открывают двери, те, кого рекомендуют, те, чьи номера есть в нужных телефонах. Я не возмущалась, не обижалась, просто приняла правила игры.

Пока другие строили дружбу, я строила связи, полезные знакомства, нужные контакты нужных людей.

Людей, которые однажды смогут открыть очередную дверь.

Через несколько лет одна такая дверь действительно открылась. Меня взяли личным помощником одного из руководителей крупного холдинга.

Должность звучала солидно, реальность оказалась куда интереснее.

Я составляла графики, организовывала перелёты, планировала встречи, согласовывала документы.

А ещё заказывала рестораны, выбирала подарки любовницам, разруливала скандалы, вызывала врачей и увозила пьяных гостей.

И постоянно спасала чужую жизнь от последствий чужих решений.

Работа была круглосуточной, зато позволяла видеть мир изнутри. Мир больших денег, большой власти и больших слабостей.

Именно тогда я поняла ещё одну важную вещь.

Никогда не спать с начальником, ни за что, даже если он красив, богат и обещает весь мир.

Потому что в тот момент, когда ты переходишь эту границу, игра заканчивается.

А я привыкла выигрывать.

Я рано научилась быть удобной. Не потому, что кто-то этому учил. Просто так было безопаснее. Если не мешать — меньше кричат. Если всё делать самой — меньше разочаровываются. Если ничего не просить — реже отказывают. Я быстро поняла: любовь нельзя требовать, её нужно заслужить. Хорошими оценками, самостоятельностью, полезностью, умением не создавать проблем. Со временем это стало почти инстинктом. Я умела быть нужной. Умела брать на себя ответственность. Умела замечать чужие желания раньше, чем их произносили вслух. И почти не умела замечать свои.

Тогда я ещё не понимала, что это не сила — это был способ выживания.

Иногда мне казалось, что я знаю о Владе больше, чем кто-либо другой. Я помнила все важные даты его друзей, родственников и партнёров. Знала, какой он, когда у него бессонница и когда начинает болеть голова. Когда очередная женщина скоро исчезнет из его жизни. Когда он врёт, когда боится и когда чувствует себя одиноким.

И каждый раз, когда Влад звонил именно мне, когда просил помочь именно меня, когда доверял то, чего не рассказывал другим, внутри появлялось знакомое чувство. То самое, детское: наконец-то нужная, наконец-то важная.

Конечно, тогда я не думала об этом такими словами, мне

казалось, что это любовь.

Лишь много позже я пойму: иногда человеку трудно отличить любовь от потребности быть нужным.

Влад вырос в семье, где ему никогда ни в чём не отказывали. Деньги, возможности, образование, связи — всё это было доступно ему с детства. Он привык к тому, что многие двери открываются сами собой, что можно получить то, чего другие добиваются годами.

Но за этой внешней лёгкостью была совсем другая история. Несмотря на все привилегии, Влад постоянно ощущал, что ему чего-то не хватает. Ему хотелось не просто пользоваться тем, что дали родители, а доказать, что он сам чего-то стоит.

Особенно важно для него было признание отца. Того самого одобрения, которого он ждал годами. Ему хотелось однажды услышать не просто слова о том, что он сын и наследник, а что он действительно способен на что-то сам. Что отец видит в нём не только продолжение своей фамилии и своего бизнеса, а отдельного человека, которым можно гордиться.

Влад был амбициозным. Он хотел добиться успеха, построить что-то своё, выйти из тени отца. Но за стремлением к достижениям часто скрывалась старая детская потребность — наконец-то заслужить любовь и признание того, чьё мнение для него оставалось самым важным.

Владлен Герцен стоял передо мной в своём кабинете.

Слегка покачиваясь, с бокалом в руке. С той расслаблен-

ной уверенностью человека, который никогда не слышал настоящего слова «нет».

Он был красив: высокий, тёмноволосый. С той породой лица, которая одинаково хорошо смотрится и на обложке журнала, и на предвыборном плакате.

— Что ты ломаешься, Марго? — лениво сказал он.

Я медленно отступала к двери.

Периодически с ним случались такие приступы любви ко мне. Видимо, доступные бабы надоедали, и он устраивал охоту на меня.

— Иди сюда.

— Нет.

— Уволю.

Я нащупала ручку двери, открыла и шагнула назад.

И прежде чем дверь захлопнулась, успела увидеть удивление на его лице.

У меня были на него свои планы, только совсем не те, о которых он думал.

Влад был идеальным кандидатом в мужья.

Богатый, умный и, главное, свободный.

После неожиданной и ранней смерти жены он словно сорвался с поводка.

Женщины менялись одна за другой, вечеринки следовали одна за другой.

Алкоголь, клубы, бесконечный праздник взрослого человека, которому стало скучно.

Я наблюдала за этим несколько лет.

И решила, что однажды стану его женой, не любовницей, не содержанкой, женой.

Амбициозно?

Ещё как, особенно для девочки из провинции.

Но меня никогда не пугали сложные задачи.

Правда, мой план неожиданно застопорился: всё пошло не так.

После очередного отказа Влад взбесился и уволил меня — вот так просто: раз — и всё.

Как? Он постоянно говорил, что я единственный человек в его жизни, которому он доверяет. Как?

Я была в шоке, собрала свои вещи и в полной растерянности отправилась домой.

А потом...

Он начал добиваться ещё настойчивее.

Теперь уже как свободную женщину, а не его сотрудницу.

Цветы, рестораны, подарки, комплименты.

Я то таяла от удовольствия, представляя, как будут мне завидовать богатые московские сучки, то фантазировала о нашей красивой совместной жизни.

Но когда он заводил своё неизменное:

— Для начала надо проверить совместимость в постели. Бррр... Словно речь шла о покупке автомобиля.

Тут я резко морозилась и отдалялась, переставала с ним общаться, отчего он заводился ещё больше.

В какой-то момент я устала: я больше не вывозила эти эмоциональные качели.

Психанула, собрала вещи и уехала к бабушке в деревню, переждать.

В деревне нечем было особо развлечься, и я включила всю свою неуёмную энергию в домашние работы.

Через два месяца я уже собственноручно починила забор, отремонтировала сарай и начала обсуждать перестройку дома.

Бабушка схватилась за сердце и возмолилась, чтобы я дала ей спокойно умереть.

И почти торжественно отправила меня обратно в Москву.

Я вернулась, убрала квартиру, разобрала шкафы, перемыла окна и заскучала.

Впервые за долгое время осталась без дела, оказалось, без работы я не умею жить.

Но найти новую оказалось невозможно, слишком многие боялись переходить дорогу Владлену Герцену.

После очередного отказа я впервые почувствовала настоящий страх: деньги заканчивались, и время тоже.

А возвращаться в родной город я точно не собиралась — никогда.

Спасение пришло неожиданно, в супермаркете, между полками с крупами и консервами. Я включила максимальный режим экономии и тщательно выбирала хорошие продукты по акции. Ну, как говорят, не жили богато, нечего и

привыкать.

Там я и встретила Ирину.

Ира почти не изменилась, разве что стала ещё увереннее. Та же прямая спина, тот же уверенный прямой взгляд человека, привыкшего принимать решения и нести за них ответственность. Дорогой, стильный, но неброский костюм, сумка и лоферы от известного бренда.

Ирина была женой богатого мужчины, но совсем не походила на тот образ «содержанки», который так любят создавать телевидение и глянцевого журналы. Её не привлекала жизнь, построенная вокруг брендов, бесконечных фитнесов и демонстрации чужого успеха.

Ей было важно другое — создавать. Придумывать, развивать, видеть, как из идеи постепенно появляется что-то настоящее.

Ирина с удовольствием вкладывала свою энергию в новые проекты, в стартапы, в возможности, которые только начинали обретать форму.

Это был другой вариант женщины, которая не строила карьеру в привычном смысле слова. Она не ходила каждый день в офис и не получала зарплату в конце месяца, но её жизнь была наполнена деятельностью, интересом и ощущением собственной значимости. Она не просто пользовалась возможностями, которые давали ей деньги мужа, — она создавала.

Когда-то мы познакомились на одном из корпоративных

мероприятий, потом несколько раз пересекались по работе. Не подруги, скорее близкие знакомые, симпатизирующие друг другу. Просто люди, которые знали друг друга достаточно, чтобы остановиться посреди супермаркета и искренне обрадоваться встрече.

— Марго? Ты куда пропала?

— Так быстро и не расскажу, — усмехнулась я.

— Выглядишь неважно.

Я невольно рассмеялась. Да уж.

За последние месяцы я действительно словно уменьшилась, не внешне, изнутри.

Когда человек долго идёт к цели, ему кажется, что движение будет всегда. Что следующая дверь обязательно откроется, что очередное усилие даст результат. Но иногда жизнь вдруг останавливается. И тогда оказывается, что ты совершенно не умеешь стоять на месте.

Мы разговорились, сначала о пустяках, потом о работе. Потом о том, чем занимается Ирина сейчас. Оказалось, вместе с подругой Татьяной она запускает новый проект. Что-то связанное с продуктами питания, пока ещё сырое, во что никто, кроме них самих, особенно не верит. Я слушала и чувствовала знакомое возбуждение. То самое, которое появлялось всякий раз, когда впереди возникала новая дверь.

— Слушай, — вдруг сказала Ирина. — А ты сейчас свободна?

Я усмехнулась.

— Абсолютно.

— Тогда, может быть, выпьем кофе?

Я тогда даже не могла подумать, что этот кофе изменит всю мою жизнь.

Не знала, что через несколько лет буду вспоминать этот день снова и снова, пытаюсь понять, в какой именно момент всё началось. Тогда мне казалось, что это просто случайная встреча, одна из тысяч случайностей, которые ничего не значат.

Но одна дверь в моей жизни уже закрылась, а где-то впереди медленно открывалась другая. Та, за которой меня ждали успех, дружба, любовь, потеря и много боли. И встреча с самой собой.

Глава 2. Осколки

Марго

Ира спросила:

— Слушай, а ты что-нибудь понимаешь в микрозелени? Вопрос был странный.

До этого мы болтали о разных пустяках, о ценах, о московской усталости, о том, что в магазинах всё стало одинаково безвкусным и одинаково дорогим. И вдруг — микрозелень.

Я посмотрела на Ирину внимательно.

— Ела пару раз, — честно сказала.

— Не впечатлилась. Я люблю нормальную еду. Чтобы по-

ел — и понял, что поел. А не травинку на тарелке искать.

Ира засмеялась.

— Я так и знала, что ты примерно это скажешь.

— А почему спрашиваешь?

— У меня есть знакомая, Таня. Она загорелась идеей, хочет сделать микрозелень не просто в горшочках, как сейчас, а готовыми наборами. Салаты, рецепты, красивая упаковка, доставка в магазины. Чтобы человек купил и сразу понял, что с этим делать.

Я не ответила сразу, но вдруг очень ясно почувствовала: вот оно.

Не мыслью даже, телом.

Так бывало редко, но я доверяла этому ощущению, будто внутри кто-то тихо зажигал свет в комнате, где до этого было темно.

Перед важными поворотами жизни у меня всегда появлялся этот огонёк.

— Ира, — медленно сказала я, — я ничего не понимаю в микрозелени. Вообще ничего. Но я понимаю в людях, переговорах, связях. В том, как попасть туда, куда тебя не пускают.

Ира перестала улыбаться.

— Хочешь в проект?

— Хочу.

— Ты же даже продукт не видела.

— Увижу.

— Там пока ничего нет, одна идея, пара пробных упаковок и Танина одержимость.

— Одержимость — это уже неплохо, без неё ничего не начинается.

Ира смотрела на меня с тем выражением, которое бывает у людей, неожиданно обнаруживших не проблему, а решение.

— Я поговорю с Таней.

— Поговори.

— Номер у тебя тот же? Ты вообще куда пропала? Я тебе писала пару раз.

Я коротко рассказала про Влада, без подробностей, жалоб, просто фактами. Уволил, мешает устроиться на работу, не оставляет в покое.

Ира слушала, всё больше хмурясь.

— Вот уж от него такого не ожидала, — сказала она наконец. — Казался нормальным мужиком.

Я усмехнулась.

— Они все кажутся нормальными, пока им не скажешь «нет».

На этом мы и расстались.

Ира пошла к кассам, а я вышла из магазина с таким ощущением, будто у меня снова появилась кровь в жилах.

На парковке меня ждал красный мини-купер.

Маленький, юркий, совершенно непрактичный и от этого особенно любимый. Я купила его сама, как и квартиру. Пусть и не в престижном районе, но в пределах МКАДа.

Как все свои маленькие доказательства того, что жизнь всё-таки можно отвоевать.

Домой я ехала быстро, почти весело. Москва за окнами машины была серой, влажной, нервной, но в этот вечер она казалась мне не враждебной, а живой, как будто улыбающейся мне.

Дома я открыла окна, включила музыку и снова принялась убирать. Не потому, что было грязно, а потому, что энергия требовала выхода. Я исполняла хиты девяностых, используя то швабру, то пылесос как импровизированный микрофон, пританцовывая и подвывая. Эх, давно у меня не было такого классного настроения. И чувствовала, что потом мне будет не до уборки.

На следующий день позвонила Ира.

— Ты в деле.

И всё завертелось.

Таня оказалась женщиной с быстрыми глазами, тонкими пальцами и упрямством, которое я сразу зауважала. Она успевала одновременно всё видеть, всё слышать и принимать решения. Худая, жилистая, высокая, она крутилась как волчок.

Татьяна была совсем другой. Она уже не раз начинала собственные бизнесы. Какие-то проекты развивались успешно, приносили прибыль, казалось, что наконец-то всё получилось. Но потом приходил очередной кризис, менялись обстоятельства, и даже то, что казалось устойчивым, приходилось

закрывать. Другие идеи не выдерживали проверки реальностью с самого начала.

Но Татьяна не воспринимала это как доказательство собственной несостоятельности. В ней было удивительное упрямство человека, который продолжает верить в свою идею. Она была уверена, что однажды найдёт тот самый бизнес, который сможет работать долго, который станет её настоящим делом.

Ей нравился сам процесс — придумывать, искать возможности, собирать что-то с нуля, видеть, как хаотичная идея постепенно превращается в живой проект. Возможно, именно это и было для неё самым важным: не только результат, но и ощущение движения, развития, возможности создавать что-то своё.

Она говорила о микрозелени так, как другие говорят о большой любви.

Про вкус, пользу, упаковку, с которой, кстати, и была основная сложность.

Про то, что люди не покупают не потому, что им не нужно, а потому, что никто не объяснил им, зачем это нужно.

— Продукт должен быть понятным, — говорила Таня. — Не элитарным, не для тех, кто делает вид, что питается солнечным светом. А для обычного человека, чтобы открыл, смешал, съел и почувствовал: хорошо!

Я слушала и понимала: Таня горит, Ира умеет запускать, а я сама умею пробивать стены.

Редко когда команда складывается сразу, обычно люди долго притираются, спорят, проверяют друг друга, не доверяют.

А у нас всё произошло иначе: с первого дня стало ясно: будем работать, много, жёстко и без скидок на усталость.

И началось: производство, поставщики, упаковка, документы, санитарные нормы, сроки хранения, логистика, переговоры. И отказы, много отказов.

Новые переговоры, новые отказы.

Первые месяцы были похожи на бесконечную полосу препятствий. Когда мы решали одну проблему, тут же возникали три новые.

То упаковка протекала, то зелень вяла.

Партия не проходила по качеству, типография печатала не тот цвет. Магазины не брали трубку, байеры слушали вежливо и говорили:

— Интересно, мы подумаем.

Я быстро поняла, что «мы подумаем» означает почти то же самое, что «никогда».

И тогда включала всё, что умела, звонила знакомым, писала бывшим коллегам. Просила, давила, уговаривала, напоминала о старых услугах.

Предлагала дегустации, привозила образцы, оставляла коробки на ресепшенах.

Иногда мне казалось, что вся Москва уже ела нашу микрозелень.

Особенно страдали знакомые.

— Попробуй.

— Марго, я уже пробовала.

— Это новый вариант.

— Я не хочу.

— Хочешь.

И действительно заставляла.

Ира отвечала за стратегию и деньги.

Таня — за продукт.

Я — за невозможное.

Через полгода наша первая партия появилась на полках магазинов. Небольших, не самых престижных, но настоящих. С ценником, логотипом и названием!

Я приехала в магазин утром, ещё до открытия.

Стояла перед холодильной витриной и смотрела на прозрачные коробочки с зелёными листьями так, будто передо мной лежали не салаты, а доказательство существования Бога.

Потом приехали Ира и Таня.

Ира сразу заплакала, хотя всегда была самой сдержанной и спокойной из нас.

Таня начала поправлять упаковки, хотя они стояли ровно.

— Девочки, мы ненормальные.

И рассмеялись.

Вечером решили отмечать.

Выбрали небольшой ресторан в центре. Не пафосный, с

тёплым светом, белыми скатертями, шумной кухней и официантом, который уже после второго бокала шампанского понял, что за столиком сидят не просто женщины, а люди, пережившие маленькую войну.

— У нас получилось, — сказала Ира.

— У нас получилось, — повторила Таня.

Я подняла бокал.

— У нас, чёрт возьми, получилось.

Эту фразу мы повторяли почти час, как заклинание, как молитву.

Как подтверждение того, что все бессонные ночи, все отказы, все унижения, все сорванные поставки, все истерики и все разговоры «может, бросим?» были не зря.

Потом мы начали вспоминать.

Как Таня в три часа ночи рыдала над партией завядшей рукколы.

Как Ира договаривалась с каким-то важным человеком, сидя в машине у детской поликлиники, отправив шестилетнюю дочь к врачу одну.

Как Марго однажды так долго убеждала администратора магазина принять образцы, что тот в конце концов взял их, просто чтобы она ушла.

— А Евлантьеву помните? — спросила Ира.

Таня закрыла лицо руками.

— Господи, не напоминай.

Я смеялась.

— Нет, это было прекрасно. Мы держали её почти силой, а Таня кормила её пюре с ложечки.

— Я не держала её силой! — возмутилась Ира.

— Держала. За локоть.

Мы смеялись до слёз.

Так смеются люди, которые слишком долго были собраны, долго держали лицо и тащили на себе огромную ответственность, которые плакали по ночам, то от злости, то от бессилия.

А потом вдруг получили право выдохнуть.

К полуночи мы были пьяные, не безобразно, конечно, просто весело и тепло.

На улицу вышли с песней.

— А нам любое море по колено! — громко пела Таня, совершенно не попадая в ноты.

Ира несла бутылку шампанского, которую нам зачем-то отдали с собой.

Я шла между ними и чувствовала почти невозможное, настоящее.

То самое, которое появляется, когда ты долго-долго выбираешься из ямы, а потом вдруг понимаешь — выбралась.

На перекрёстке мы остановились.

За Ирой приехал водитель мужа.

— Девочки, поехали со мной, — сказала Ира. — Я всех развезу.

— Мне в другую сторону, — сказала Таня.

— И мне, — добавила я.

— Да какая разница? Сядем, покатаемся.

— Ириш, езжай домой, — сказала я. — Тебя муж потеряет.

— Муж привык.

Мы снова засмеялись, потом обнялись, крепко, как будто прощались не до завтра.

Таня уехала первой; Ира ещё раз помахала из машины; я осталась одна.

Ночь была тёплая, редкая московская ночь, в которой почти не чувствовалось агрессии города. Фонари расплывались золотыми пятнами, по мокрому асфальту тянулись длинные отражения.

Я достала телефон и посмотрела, где такси: машина была совсем близко, две минуты.

Я стояла у края тротуара, всё ещё улыбаясь.

В голове шумело шампанское, в груди было легко и тепло; я опустила глаза в телефон.

И в этот момент мир ослепительно вспыхнул.

Фары. Слишком близко.

Слишком быстро.

Потом — визг тормозов.

Крик.

Удар.

Дикая боль, не похожая ни на что из того, что я знала раньше.

И темнота.

Глухая.

Мягкая.

Окончательная.

Глава 3. По ту сторону боли

Марго

Сознание возвращалось медленно.

Сначала появились звуки: монотонный писк, шорох шагов, потом — чьи-то голоса, доносившиеся словно из другого конца длинного тоннеля.

Потом пришла боль: она не возникла внезапно — она заполнила всё пространство вокруг меня, как вода заполняет трюм тонущего корабля.

Я открыла глаза, вернее, глаз.

Второй почему-то не открывался.

Попыталась пошевелиться, и сразу поняла, что совершила ошибку: тело взорвалось болью.

Она была такой сильной, что на мгновение мне показалось: лучше бы не приходить в сознание вовсе.

— О, очнулась.

Голос прозвучал совсем рядом.

Женский, усталый, грубоватый, как у курильщика со стажем.

Потом этот же голос радостно закричал куда-то в сторону двери:

— Василий Иванович! Илларионова очнулась!

От крика внутри головы словно разорвался снаряд.

— Тише... пожалуйста...

Собственный голос показался чужим, хриплым и слабым, почти детским.

После этого началось время, которое позже я вспоминала как один бесконечный день, хотя, наверное, прошло несколько недель.

Мне что-то кололи, капали, переворачивали.

Я то проваливалась в сон, то выныривала на поверхность.

Иногда слышала разговоры врачей.

Иногда — плач кого-то из соседних палат, иногда собственные стоны.

Потом снова наступала темнота.

Однажды утром я проснулась по-настоящему.

Не на несколько минут, между обезболивающими, а окончательно.

И впервые увидела себя.

Точнее, то, что от меня осталось.

Левая нога была в гипсе, левая рука тоже, голова перебинтована.

Тело словно разобрали на части и собрали заново кое-как, наспех.

В палату вошёл врач.

Невысокий мужчина лет шестидесяти, в мятом неряшливом халате, который сидел на нём как-то криво. С устав-

шим лицом человека, который слишком долго имеет дело со смертью и поэтому давно перестал церемониться с живыми. Он просмотрел карту, потом посмотрел на меня.

— Ну что, дорогуша, поздравляю. Вам очень повезло.

Повезло? Странное слово, подумала я, рассматривая большое пятно на его халате. Интересно, отчего оно?

— Что со мной?

— Много чего, но главное — вы живы.

Он говорил спокойно, буднично, как будто сообщал прогноз погоды, при этом непрерывно шурша чем-то в карманах халата.

— Перелом крестца, перелом ноги, ещё рука и рёбра — ну, это мелочи. Черепно-мозговая травма и множественные повреждения лица.

Я слушала и не чувствовала ничего. Наверное, это был шок — защитная реакция психики.

Когда количество беды становится слишком большим, человек просто перестаёт её воспринимать.

— Будете ходить, — добавил врач. — Уже хорошо. Он наконец-то нашёл то, что искал в кармане, вздохнул с облегчением и ушёл.

После его ухода я долго смотрела в потолок.

Будете ходить. Надо же!

Оказывается, теперь это считалось хорошей новостью. Я просто не хотела сейчас ни о чём думать, меня нет, я в до-мике, спать.

Настоящий ужас начался позже, когда боль стала привычной и перестали действовать сильные препараты, когда я смогла думать и когда сняли бинты.

В палате стояло небольшое зеркало.

Наверное, кто-то забыл или не подумал, а может, решил, что пациентам полезно видеть реальность.

Я смотрела на своё отражение всего несколько секунд, потом отвернулась и заплакала.

Лицо было чужим, незнакомым.

Словно кто-то взял мою фотографию и провёл по ней ножом.

Келоидный рубец пересекал левую сторону лица, проходил через глаз, тянулся вниз. Кожа была неровной, стянутой, красной, живой раной.

Я сидела на кровати и думала только об одном: это не я. Та женщина в зеркале не могла быть мной.

Не могла, не должна была. Слёзы текли по лицу и щипали кожу вокруг шрама.

Мне было тридцать лет.

Я привыкла нравиться мужчинам, привыкла входить в комнату и чувствовать на себе взгляды. Привыкла видеть в зеркале своё лицо.

А теперь лица не было.

Была память о нём.

Врачи говорили про пластические операции, современные технологии, хорошие прогнозы.

Но даже тогда я понимала: прежней Марго больше не существует, она умерла на том перекрёстке.

А эта женщина с чужим лицом даже не представляла, как жить дальше. В домик прятаться от правды больше не получалось, и когда появлялась мысль, что теперь будет так, я проваливалась в ужас и задыхалась.

Девчонки, Ира и Таня, приезжали постоянно.

С цветами, фруктами, историями из офиса и новостями. С надеждой.

Они говорили со мной так, словно всё ещё можно исправить, словно однажды я проснусь и всё станет прежним.

Иногда я завидовала их вере, иногда ненавидела её.

Но чаще всего просто молча слушала.

Мать не приехала.

Даже сейчас эта мысль причиняла боль сильнее некоторых переломов.

Ей сообщили, объяснили, насколько всё серьёзно.

Но она не появилась, не позвонила и даже эсэмэски не написала.

Впрочем, если быть честной, удивляться было нечему.

Мать никогда не приходила туда, где мне было больно, ни в детстве, ни сейчас.

Раньше я умела делать вид, что меня это не задевает, теперь сил притворяться не осталось.

В день выписки Ира и Таня приехали за мной с шарами, с цветами, с каким-то отчаянным оптимизмом.

Они говорили без остановки про работу, новые контракты, про сотрудников, планы.

Словно пытались разговорами закрыть ту пропасть, которая разверзлась между мной и миром.

Я улыбалась, кивала, благодарила, но внутри была только одна мысль.

Оставьте меня одну, пожалуйста.

Когда за ними закрылась дверь, квартира вдруг стала огромной и пустой.

Я постояла посреди комнаты, а потом медленно сползла на пол и завывала — не заплакала, именно завывала, так, наверное, воют раненные животные.

Без слов, без стыда и без надежды, что кто-нибудь услышит, придёт и всё исправит.

От горя, которое невозможно вместить в человеческий голос.

Глава 4. Дно

Марго

Первые недели дома слились в один длинный серый день. Иногда мне казалось, что время остановилось.

Я просыпалась, смотрела в потолок, принимала таблетки, снова засыпала.

Потом просыпалась и снова смотрела в потолок.

За окном менялись погода, люди, машины. Жизнь продолжалась.

Только не моя: моя жизнь осталась там, на перекрёстке, под визгом тормозов, под ослепительным светом фар.

Под ударом, который разделил мир на две части.

До.

И после.

Однажды утром я заставила себя подойти к зеркалу.

Долго собиралась, минут двадцать сидела на краю кровати, потом встала.

Медленно, держась за мебель, доковыляла до ванной и посмотрела — всего несколько секунд.

Этого хватило.

Из зеркала на меня смотрела незнакомая женщина. Женщина с чужим лицом, с перекошенной линией шрама, с глазом, который теперь выглядел иначе, с выражением постоянной боли. Я отшатнулась, потом снова посмотрела.

И снова — словно надеялась, что отражение изменится.

Но оно не менялось.

Тогда я опустилась на пол и начала плакать. Тихо сначала, потом громче, подвывая.

А потом рыдания превратились в какой-то звериный вой: я выла от бессилия, от злости, от несправедливости.

— За что? Господи, за что?

Оттого, что всю жизнь карабкалась вверх, а судьбе понадобилась одна секунда, чтобы всё разрушить.

Историю с виновником аварии мне рассказали ещё в больнице. Сын чиновника — пьяный, под наркотиками.

Скорость вдвое выше разрешённой.

Несколько свидетелей. Камеры.

Казалось бы, всё очевидно.

Но очень быстро выяснилось, что очевидное и доказанное — разные вещи.

Свидетели вдруг начали путаться в показаниях, записи камер исчезли, а следователь говорил уклончиво.

Потом появился какой-то незнакомый мужчина, очень вежливый, спокойный.

Он положил на тумбочку конверт.

И сказал:

— Маргарита Сергеевна, лучше оставить эту историю в прошлом.

Я смотрела на него молча.

— Молодой человек переживает.

Я тогда даже засмеялась.

Переживает. Смешно.

— И ещё один совет, — продолжил мужчина. — Не пытайтесь бороться: может получиться так, что виновной окажетесь вы.

Когда он ушёл, я долго смотрела на конверт: очень хотелось швырнуть его вслед этому самодовольному хмырю.

Через два дня мне понадобились деньги на операцию, конверт пришлось открыть.

Иногда жизнь умеет унижать особенно изобретательно.

Сначала я хотела отомстить, по-настоящему.

Представляла, как найду этого мальчишку, как посмотрю ему в глаза.

Как заставлю его испытать хотя бы часть того, что испытываю я.

В этих фантазиях было много крови, ярости, боли. Я то переезжала его машиной, то избивала до полусмерти битой, то резала ножом и так далее.

Но всё это оставалось только фантазиями.

На месть нужны силы, а сил не было.

Было только бесконечное истощение — депрессия пришла незаметно, как густой туман.

Каждый день становился немного серее предыдущего, каждое утро требовало усилий, каждое действие казалось бессмысленным.

Я лежала часами, смотрела в стену, потом в потолок, потом снова в стену.

Иногда мне казалось, что я вообще не существую, что осталось только тело, которое нужно кормить и лечить.

А человека внутри больше нет.

Ира и Таня не сдавались, привозили психотерапевтов, психиатров, каких-то специалистов.

Разговаривали, уговаривали, злились, плакали.

Я отворачивалась к стене.

Один врач пытался задавать вопросы; я молчала весь сеанс.

Другой выписал антидепрессанты; я выбросила их в му-

сорное ведро.

Потому что никто ничего не понимал.

Они говорили:

— Жизнь продолжается.

А я думала: какая жизнь? Для кого? Неужели они не видят? Меня больше нет.

Обезболивающие стали спасением.

Сначала настоящим, потом единственным, таблетки приглушали боль и физическую, и душевную.

Под ними становилось немного легче дышать, немного легче существовать.

Когда врачи начали снижать дозировку, я испугалась: я не хотела возвращаться в мир боли, не хотела снова чувствовать всё это.

Однажды вечером я запила таблетки виски. Случайно, по крайней мере тогда мне так казалось.

Результат оказался неожиданным.

Боль отступила, не полностью, но достаточно, а ещё отступило отчаяние.

Комната словно стала светлее, мир чуть мягче, мысли чуть спокойнее.

Впервые за много месяцев захотелось жить. Совсем немного, на один вечер, на одну ночь, на одно утро.

Этого оказалось достаточно.

Так началась новая зависимость.

Сначала всё выглядело безобидно, немного виски, немно-

го коньяка, чуть-чуть вина. Только чтобы уснуть, только чтобы не болело.

Только сегодня.

Потом — каждый день, потом — с утра, потом — всегда. Я носила во внутреннем кармане маленькую металлическую фляжку. Как талисман, как лекарство, как кислородный баллон.

Без неё становилось страшно, с ней — терпимо.

Через несколько месяцев я вернулась в компанию. Не полностью, постепенно, на несколько часов, на пару встреч, на отдельные проекты.

Ира и Таня были счастливы. Но счастье быстро сменилось тревогой.

Они чувствовали запах алкоголя, видели дрожащие руки, замечали нетвёрдую походку, замечали всё.

Просто молчали, потому что любили. Потому что боялись давить, надеялись, что всё пройдёт само.

Но ничего не проходило.

В тот день Ира позвонила утром, голос был странным — слишком спокойным.

— Нам нужно поговорить.

Когда я вошла в кабинет, сразу поняла: что-то случилось.

Таня сидела у окна, Ира — напротив, между ними стояла чашка с давно остывшим кофе.

— Что произошло?

Никто не ответил сразу.

Потом Ира посмотрела мне прямо в глаза.

— Марго, мы больше не можем так.

— Как?

— Смотреть, как ты убиваешь себя.

Я усмехнулась.

— Не драматизируй.

— Я не драматизирую.

Таня впервые подняла голову, глаза у неё были красные, будто она плакала.

— Мы тебя любим.

От этих слов почему-то стало страшно.

— Поэтому либо ты идёшь лечиться, либо...

Ира замолчала.

— Либо что?

— Либо мы не сможем дальше работать вместе.

Тишина повисла между нами, как густой вязкий кисель, в котором я начала тонуть и задыхаться.

Я почувствовала, как внутри что-то обрывается. Я могла потерять многое: красоту, здоровье, любовь.

Но только сейчас поняла, чего боюсь по-настоящему: остаться одной, без них и без Дела. Без последней ниточки, связывающей меня с жизнью.

И впервые после аварии я услышала не только свою боль, но и чужую.

Именно тогда я поняла: возможно, помощь нужна не потому, что я слабая, а потому, что в одиночку уже не спра-

виться.

И впервые сказала:

— Хорошо. Я попробую.

Глава 5. Человек напротив

Наталья

Последний клиент ушёл без десяти девять. За ним тихо закрылась дверь.

В кабинете сразу стало непривычно тихо.

Та особенная тишина, которая наступает после долгого рабочего дня, наполненного чужими голосами, чужими судьбами, чужой болью.

Я сидела в кресле, вытянув ноги.

На столике остывал кофе. За окном медленно темнел город. Я смотрела перед собой, не в стену, не в окно, скорее в пустое пространство между мыслями.

Туда, где постепенно оседали истории прожитого дня.

Фух, устала.

Рабочий день закончился. С двенадцати дня до девяти вечера — восемь клиентов, почти без перерыва.

Для многих такой график показался бы тяжёлым — для меня он давно стал привычным. Работа занимала большую часть моей жизни. Когда-то давно я думала, что это временно, что однажды появится кто-то близкий, новая семья, любовь, дом, в который хочется возвращаться.

Но годы шли, а желание строить что-то заново так и не

появилось.

Старой семьи хватило надолго. Иногда мне казалось — навсегда. После развода прошло уже почти десять лет, боль давно утихла, обида растворилась.

Но вместе с ними ушло и желание снова впускать кого-то слишком близко.

Работа оказалась проще, понятнее, честнее. В ней было много человеческой боли, но не было предательства, во всяком случае, не собственного.

Поэтому я работала много, почти всё время, кроме выходных.

По выходным была собака.

Умная, но хитрая и с большим самомнением псина по имени Ника. Мы гуляли по парку, пили кофе на набережной, сидели возле воды. Ника никогда не задавала вопросов, не лезла с умными разговорами и с неумными тоже, не рассказывала о своих проблемах. И именно поэтому была идеальным спутником.

Я улыбнулась своим мыслям, поднялась, погасила свет и закрыла кабинет.

Когда села в машину, телефон коротко звякнул — пришло сообщение.

Я машинально открыла его.

«Здравствуйте. Меня зовут Маргарита. Мне рекомендовали обратиться к вам. Есть ли возможность встретиться?»

Я открыла рабочий календарь в телефоне, нашла свобод-

ное окно и ответила. Почти сразу пришло подтверждение: клиентка согласилась.

Я выключила телефон и поехала домой.

На следующий день Маргарита опоздала на три минуты. Я заметила это автоматически, не потому, что считала минуты, — просто профессия приучает обращать внимание на детали.

Я сидела в кабинете, просматривая заметки и вполуха слушая лекцию по психотравме, которую включила фоном.

Раздался стук.

Я подошла к двери и открыла.

— Здравствуйте, Маргарита.

Женщина, стоявшая на пороге, замерла на секунду, как будто проверяла, безопасно ли входить, а потом всё-таки вошла.

Медленно, настороженно — так входят люди, которые давно привыкли ждать удара.

Я видела эту походку сотни раз. Она часто встречается у детей алкоголиков, у переживших насилие, у тех, кто долго жил рядом с непредсказуемыми людьми.

Сначала войти, потом оценить опасность, потом решить, можно ли расслабиться.

Обычно нельзя.

— Садитесь там, где вам удобно.

Маргарита выбрала кресло, не диван.

И села на самый край, будто готовилась в любой момент

вскочить и уйти. Я устроилась напротив и только тогда увидела шрамы.

Вернее, увидела я их сразу, но позволила себе рассмотреть чуть позже. Большой рубец пересекал левую сторону лица; кожа после нескольких операций была неровной, но всё ещё заметно повреждённой. Шрам невозможно было не заметить.

Маргарита перехватила мой взгляд и мгновенно напряглась: плечи поднялись, челюсть сжалась, тело стало жёстким.

Я внутренне вздохнула.

Вот он, стыд — тяжёлый, болезненный, постоянный. Он почти всегда приходит раньше слов.

— Как вы себя чувствуете? — спросила я.

Маргарита усмехнулась.

Усмешка вышла колючей, почти злой.

— Мерзко. По моему лицу не видно?

Я кивнула.

— Да. Вам сейчас тяжело.

Маргарита заметно удивилась — на долю секунды.

Наверное, ожидала привычного: «Да ничего страшного», «Не переживайте», «Всё не так плохо».

Люди часто врут из добрых побуждений, но боль от этого никуда не исчезает.

— Расскажите, что произошло.

Маргарита начала говорить сухо, коротко, почти без эмоций, словно зачитывала полицейский протокол.

Авария. Больница. Операции. Алкоголь. Подруги. Ультиматум. Терапия.

История была страшной, но не это меня цепляло. Цепляло другое: полное отсутствие чувств, будто всё случилось не с ней, а с кем-то посторонним.

Соседом, героиней фильма, любым человеком, только не ею самой.

Иногда психика так спасает человека от разрушения: замораживает боль, откладывает её на потом. Иногда на годы.

Когда рассказ закончился, в кабинете повисла тишина. Маргарита посмотрела на меня испытующе.

— Ну и чем вы мне сможете помочь?

Вопрос прозвучал резко, с вызовом, как будто она заранее готовилась разочароваться.

Я улыбнулась.

— А чего бы вы хотели?

— В смысле?

— Если представить, что терапия вам поможет, что изменится?

Маргарита отвернулась к окну.

— Ну, может быть, вы меня снова красавицей сделаете.

Попытка пошутить, неудачная.

Потому что за шуткой стояла настоящая боль.

— К сожалению, это не моя специализация.

Маргарита фыркнула.

— Жаль.

— А вот научиться жить дальше — возможно.

Женщина напротив молчала.

Потом тихо сказала:

— Я не думаю, что смогу.

Впервые за всю встречу её голос прозвучал по-настоящему, без брони, без сарказма, без нападения — всего на секунду.

Но я успела услышать.

Там было столько отчаяния, что у меня внутри что-то болезненно сжалось.

— Я уже никогда не буду счастливой, — продолжила Маргарита. — Но хотя бы бизнес потерять не хочу.

— Только бизнес?

— Подруг ещё.

— А себя?

Маргарита усмехнулась, снова появилась привычная маска.

— Себя я уже потеряла.

И вот тогда я всё поняла.

Передо мной сидела не женщина, которая хочет жить.

Передо мной сидела женщина, которая пока ещё не решилась умереть.

Это разные вещи, очень разные.

Я видела таких клиентов раньше, нечасто, но видела.

Людей, которых удерживает на поверхности не желание жить, а страх окончательно отпустить жизнь.

— Маргарита.

— Да?

— Мне кажется, вы пришли сюда не потому, что хотите изменений.

Маргарита напряглась.

— А почему тогда?

— Потому что боитесь потерять последнее.

В кабинете стало очень тихо, настолько тихо, что слышно было, как за окном проехал автобус.

Маргарита ничего не ответила, но её взгляд изменился всего на мгновение.

Будто кто-то случайно приоткрыл дверь в комнату, которую она тщательно запирала.

— Это нормально, — мягко сказала я. — Иногда именно страх приводит человека в терапию.

— И что дальше?

— Дальше нужно понять, есть ли внутри вас хоть маленькое желание жить для себя.

Маргарита рассмеялась — коротко, горько.

— Для себя мне уже неинтересно.

И я поверила ей.

Она действительно так думала, сейчас, в эту минуту, после всего, что произошло.

— Тогда подумайте неделю.

Маргарита подняла голову.

— В каком смысле?

— В прямом.

Если захотите продолжить работу — приходите.

— То есть вы меня не берёте?

— Я не хочу становиться ещё одним человеком, который будет заставляя вас жить.

Маргарита замерла.

Я увидела это сразу.

Будто попала в какую-то очень старую рану, очень знакомую, очень детскую.

Туда, где человека всё время заставляли быть удобным, сильным, правильным.

Быть кем угодно, только не собой.

Мы молчали несколько секунд.

Потом Маргарита встала.

— Ладно.

Она направилась к двери, уже взялась за ручку.

Потом вдруг обернулась.

— Вы думаете, я смогу?

Я посмотрела на неё внимательно, на шрамы, напряжённые плечи, усталые глаза.

На женщину, которая столько раз выживала, что сама перестала замечать собственную силу.

— Я думаю, что вы уже справились с очень многим.

Маргарита ничего не ответила, только кивнула и вышла.

Дверь тихо закрылась, и я осталась одна.

Некоторое время сидела неподвижно, потом сняла очки и

устало потёрла переносицу.

Было тревожно. Не из-за шрамов, не из-за алкоголя, не из-за депрессии — с этим я умела работать.

Тревожило другое. За злостью Маргариты не чувствовалась жизнь.

За злостью стояла смерть, тихая, терпеливая.

Та, что уже однажды подошла совсем близко, и теперь продолжала ждать своего часа.

Глава 6. Дом, где не ждут

Марго

Из кабинета Натальи я вышла злой, по-настоящему злой.

Настолько, что всю дорогу до машины мысленно продолжала с ней спорить. Тоже мне нашлась умная.

«Только если вы сами хотите».

А чего я тогда, по её мнению, пришла? На экскурсию? Мне вообще казалось, что она специально меня бесит. Сидит такая спокойная, смотрит внимательно и говорит вещи, которые никто не просил говорить. Марго, вы не хотите жить. Марго, вы пришли не за помощью. Марго, вам важно решить самой. Да кто она такая вообще? Я завела машину и всю дорогу домой доказывала ей что-то в своей голове.

Потом вдруг поймала себя на мысли, что спорю с человеком, которого знаю меньше часа.

Это ещё больше разозлило.

Дома я первым делом открыла кухонный шкаф, достала

бутылку виски, постояла с ней в руках, потом открыла и вылила в раковину. Всю.

Следом отправился ром, потом коньяк. Последняя бутылка сопротивлялась особенно долго: я держала её несколько минут, как будто прощалась, потом всё-таки открыла крышку.

Алкоголь исчезал в сливе тонкой янтарной струёй.

И мне казалось, что вместе с ним исчезает что-то ещё, что-то важное, что-то, что последние месяцы удерживало меня на плаву.

Когда последняя бутылка опустела, я почувствовала не облегчение, а страх — голый, животный.

Но отступить было уже поздно.

Весь вечер я с яростью убирала квартиру: отмывала полы, тёрла кухонную плитку, переставляла вещи, разбирала шкафы.

Будто пыталась отскрести от себя всё случившееся, все шрамы, страхи, всю свою слабость.

В понедельник я приехала в офис трезвой, чувствовала себя отвратительно, но держалась.

Во вторник держалась тоже.

В среду начала ненавидеть людей, всех без исключения.

Меня раздражали сотрудники, телефонные звонки, погода, чайник, собственная походка и собственное лицо.

В четверг хотелось кричать.

В пятницу — исчезнуть.

К вечеру напряжение стало таким сильным, что я буквально ощущала его под кожей.

По дороге домой я зашла в магазин и купила бутылку рома, совершенно спокойно, совершенно рационально: выходные же, немного можно.

Сниму напряжение, отдохну, потом снова возьму себя в руки.

В конце концов я взрослый человек. Разве нет?

Следующее воспоминание было уже про понедельник.

Кто-то брызгал мне водой в лицо. Я открыла глаза — передо мной стояли Ира и Таня.

Испуганные, уставшие, злые.

По квартире тянулся тяжёлый запах перегара, на полу валялись пустые бутылки.

Много, слишком много: виски, коньяк, водка.

Я смотрела на них и не понимала, откуда они взялись. Не помнила вообще ничего: ни субботу, ни воскресенье.

В памяти была чёрная дыра.

И вот тогда мне стало по-настоящему страшно, впервые за всё это время. Страшнее, чем после аварии, страшнее, чем перед операциями. Потому что там я хотя бы понимала, что происходит, а сейчас — нет.

— Девочки...

Голос был хриплым, чужим.

— Простите меня.

Они молчали.

— Я думала, что справлюсь сама.

Молчание.

— Я пойду к терапевту.

Снова молчание.

— Только дайте мне последний шанс.

Ира отвернулась к окну. Таня смотрела прямо на меня, в её глазах было то, чего я боялась больше всего. Не злость, не разочарование, а жалость.

Наталье я написала в тот же вечер. Долго не могла попасть в нужные буквы трясущимися руками.

Ответ пришёл через несколько минут, словно она ждала.

На вторую встречу я пришла совершенно другой.

Наверное, впервые за много лет я не пыталась выглядеть сильной, не пыталась держать лицо, производить впечатление.

Я просто устала, устала бороться, делать вид, устала выживать.

Наталья внимательно посмотрела на меня.

И неожиданно сказала:

— Вы сейчас выглядите гораздо живее, чем в прошлый раз.

Я даже рассердилась.

— Живее?

— Да.

— После запоя?

— После встречи с реальностью.

Я молчала.

А она продолжила:

— В прошлый раз вы ещё верили, что всё контролируете.

Я хотела возразить, но не смогла. Потому что она была права.

Мы долго говорили о запое, страхе, бессилии.

Потом Наталья неожиданно спросила:

— Маргарита, а когда в вашей жизни впервые стало небезопасно?

Я нахмурилась.

— Что значит впервые?

— Самое раннее воспоминание.

Я пожала плечами.

— Не знаю.

— Подумайте.

И вдруг перед глазами возникла кухня — старая, тесная, с облупившейся краской на подоконнике.

Мне лет пять, отец пьяный, мать кричит, летит тарелка. Я стою в углу и очень стараюсь стать маленькой, настолько маленькой, чтобы меня никто не заметил.

— Наверное, тогда.

Наталья кивнула.

Будто услышала что-то важное.

— Расскажите про детство.

Я рассказывала. Сначала равнодушно, почти механически, как рассказывают давно выученную историю. Отецпил,

его постоянно выгоняли с работ. Мать много работала, приходила домой и кричала, иногда била, часто унижала. Поддержки не было и защиты тоже.

Но каждый раз я добавляла:

— Да нормально всё было, все так жили, ничего особенного.

Наталья долго слушала.

А потом спросила:

— Если бы маленькая девочка рассказала вам такую историю, вы бы тоже сказали, что всё нормально?

Я открыла рот.

И вдруг не смогла ответить.

Потому что нет, не сказала бы — никогда.

После той встречи я впервые задумалась о вещах, которые раньше казались очевидными.

Например, о том, что меня били. В моей голове это никогда не называлось насилием. Просто воспитание, просто такая жизнь, мама нервничала.

Но чем больше мы говорили, тем сильнее рассыпалась привычная картина мира.

Постепенно я начала понимать страшную вещь: ребёнок не может признать, что родители причиняют ему боль.

Это слишком опасно, слишком страшно. Поэтому ребёнок делает другой вывод.

Если мне больно — значит, проблема во мне.

Если меня не любят — значит, со мной что-то не так.

Если меня унижают — значит, я заслужила.

Так гораздо безопаснее, потому что тогда остаётся надежда: исправиться, заслужить любовь, стать лучше.

Я прожила с этой надеждой почти тридцать лет.

Потом появилась злость — огромная, горячая, пугающая. На мать — за всё: за побои, за унижения, за вечное недовольство. За то, что она никогда не была на моей стороне.

Меня это потрясло.

Всю жизнь я считала себя хорошей дочерью, жалела её, оправдывала, понимала.

А теперь вдруг обнаружила внутри ненависть, настоящую, огромную. И оказалось, что ненавидеть мать намного страшнее, чем любить её, потому что любовь не разрушает картину мира, а ненависть разрушает.

С отцом было ещё сложнее.

Я всегда думала, что люблю его, безусловно, преданно, почти нежно.

Но в терапии выяснилось, что любви там намешано столько же, сколько боли.

Ярость, стыд, отвращение, жалость, обида, нежность, странный коктейль чувств.

И самое страшное открытие заключалось в том, что в детстве мне казалось: отец любит меня просто потому, что не бьёт, не трогает, не орёт, не унижает.

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.