



Ольга Лазорева Пьяная вишня

Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=571745
Пьяная вишня: Эксмо, Яуза; М.: 2007
ISBN 978-5-699-24449-2

Аннотация

Для Ольги Лазоревой талантливый музыкант Антон Пряхин стал своеобразной стенкой, за которую она смогла спрятаться в трудную минуту, спасением от предательства и неразделенной любви. С ним Ольга вновь почувствовала себя любимой и желанной. Но что делать, если дорогой тебе человек пьет? Уйти, сдаться или бороться за свою любовь? Подобно Ольге, многие женщины задают себе такие вопросы, когда их совместная с алкоголиком жизнь летит под откос.

Что такое любовь-зависимость и как вовремя распознать ее? Чем притягательны мужчины-алкоголики? Как правильно строить отношения, если избранник оказался поклонником Бахуса? Эти вопросы с предельной откровенностью освещает автор и дает практические рекомендации, которые помогут избежать напрасных страданий.

Содержание

Часть первая	4
В записную книжку	9
В записную книжку	14
В записную книжку	19
В записную книжку	34
В записную книжку	40
Конец ознакомительного фрагмента.	51

Ольга Лазорева

Пьяная вишня

Часть первая

– Оля, можно я к тебе приеду? – услышала я в восемь утра взволнованный голос своей подруги Иры, или, как все почему-то называют ее, Ириски.

Я отодвинула телефонную трубку от уха и зажмурилась. Потом закрылась одеялом с головой, но тонкий голосок продолжал звучать, казалось, прямо у меня в мозгу.

«Дежа вю», – подумала я, а вслух сказала: – Что с тобой поделать? Приезжай!

Ириска имела нехорошую манеру вот так звонить, когда ей заблагорассудится, и мешать людям спокойно жить. Но как она всегда утверждала, дружба – понятие круглосуточное. И с этим нельзя было не согласиться. И частенько мое пробуждение по утрам выглядело подобным образом.

Ириска появилась через полчаса, я только из ванной вышла. Она была при полном параде, если можно так выразиться. Я оглядела ее сильно похудевшую за последнее время фигуру в элегантном темно-сиреновом костюме и белой блузке, перевела взгляд на сияющее лицо с широко распахнутыми большими голубыми глазами и хмуро пригласила проходить. Но Ириске мое приглашение и не требовалось. Влетев на кухню, она уселась за стол и пододвинула к себе чашку.

– Оля, свежий чай есть? – спросила она, радостно на меня глядя.

– Сейчас заварю, – хмуро ответила я и поежилась.

Утро было пасмурным и довольно сырым. Хотя погода в начале июля в Москве стояла жаркая, но дожди шли почти каждый день. Вот и сегодня небо с утра было затянуто низкими тучами. Я выглянула в окно. Асфальт был влажным, видимо ночью шел дождь.

– И чего тебе в такую погоду не спится? – поинтересовалась я, ставя чайник на плиту. – Ведь не работаешь, дочка проводит каникулы у бабушки, а муж рано уходит на службу в банк.

Тридцатисемилетняя Ириска была стандартной домохозяйкой и до последнего времени вполне довольной своим статусом. Но так случилось, что она неожиданно наткнулась на порнофайлы в компе своего мужа Левы и мгновенно забила тревогу. Пару месяцев назад она прибежала ко мне вот так же рано утром и продемонстрировала обнаруженные материалы. А дальше ее жизнь начала раскручиваться, словно карусель. И я, естественно, как ближайшая подруга, оказалась втянутой в эту круговерть. Для начала Ириска затащила меня на прием к психологу, затем на курсы ликвидации сексуальной безграмотности, потом в салон красоты. И сейчас она выглядела совершенно по-другому, чем два месяца назад. Из домохозяйки, успокоенной сытой размеренной жизнью и давно махнувшей на себя рукой, она превратилась в ухоженную очаровательную женщину трудноопределимого возраста. Хочется привести более точное определение, которое принадлежит французам: она превратилась в женщину «возраста элегантности».

Я заварила чай и села за стол.

– Ну что на этот раз у тебя случилось? – спросила я и внимательно посмотрела на Ириску.

– Бог мой, Ольга, да ничего особенного! – заулыбалась она. – Чего ты так реагируешь? Ириска налила себе чай и пододвинула вазочку с печеньем.

– Вот вам и здравствуйте! – возмутилась я. – А кто вваливается ко мне ни свет ни заря?

– Я решила, что хватит сидеть дома, – невозмутимо ответила Ириска, – и с сегодняшнего дня начинаю искать работу.

Я даже чаем поперхнулась от неожиданности. Мы закончили один институт, правда я на три года старше Ириски, обе получили специальность «преподаватель истории», но сразу после окончания Ириска выскочила замуж и ни дня не работала. Если честно, то я с трудом представляла, какую работу может найти в Москве тридцатисемилетняя женщина без какого-либо опыта и стажа, пусть и с дипломом о высшем образовании.

– А Лева в курсе? – поинтересовалась я.

Лева, муж Ириски, был старше ее на восемь лет, любил ее и баловал и, насколько я могла судить, всячески оберегал от излишнего напряжения. Она жила буквально «за каменной стеной». И до последнего времени ее все устраивало.

– Пока нет, – беззаботно ответила Ириска. – А зачем ему? Вот найду достойную работу, потом и сообщу. Я же не маленькая девочка, чтобы перед ним во всем отчитываться

«Вот тебе и ликвидировали сексуальную безграмотность! – подумала я, глядя на ее сияющее лицо. – Лишний раз убеждаешься, что если встал на какой-то путь, то это все равно, что встал на эскалатор в метро, и он против воли повезет в нужную сторону».

Начав стремительно меняться, Ириска словно проснулась от спячки. И раскрепостившись в интимной сфере, она неожиданно почувствовала вкус к жизни вне дома, вне вечных кастрюль, кухонной плиты, стиральной машины и тому подобных хозяйственных радостей, школьных уроков дочки и служебных проблем мужа.

«Все это, возможно, и хорошо для нее, – думала я, изучая ее голубые, слегка подкрашенные глаза, вздернутый хорошенький носик и нежно-розовые губы, – только я-то тут при чем?»

– Мы тут посоветовались и решили, – словно читая мои мысли, – сказала Ириска, – что тебе тоже необходимо устроиться на работу. Вот я за тобой и заехала. Мы сейчас идем на собеседование в одну туристическую компанию. Там нужны менеджеры. Так что, Оля, нечего расслаиваться, давай собирайся. Собеседование в 10 утра. Нехорошо опаздывать!

Я буквально потеряла дар речи. А когда обрела его, то довольно ядовито поинтересовалась:

– И кто это «мы»?

– Подруги твои, – ласково ответила Ириска и мило мне улыбнулась.

«Лена и Злата, – подумала я, – могла бы и сама догадаться!»

Лена, ей было тридцать три года, занимала должность директора рекламного агентства. Свободное время у нее практически отсутствовало, но для нас она его находила и с удовольствием встречалась при каждом удобном случае. Ну а перезванивались мы практически ежедневно, и Лена была в курсе всех моих дел. Злата, самая старшая из нас, ей в этом году должно было исполниться 50, являлась натурой поэтичной, хотя работала в охране, а попросту говоря, вахтером при павильонах какой-то съемочной студии. Вот у нее как раз со свободным временем был полный порядок, так как работала она в режиме сутки – трое. Как объясняла Злата, она сама выбрала такой график, так как он позволял ей заниматься творчеством и особо не напрягал.

– Я на службе всего восемь суток в месяц, – говорила она, – а все остальное время могу заниматься чем хочу. И разве это не прекрасно для творческой личности?

Злата писала стихи.

Надо заметить, что все мы, кроме Ириски, были не замужем. Лена пока не нашла достойного мужчины, а мы со Златой уже успели развестись.

– И почему вы решили, что мне тоже необходимо устроиться на работу? – вяло поинтересовалась я и с опаской глянула на Ириску.

По опыту знала, что, если ей что-нибудь втемяшилось в голову, выбить это оттуда было невозможно. Ириска отличалась необычайным упрямством. В принципе из-за этого чуть не случилась катастрофа в ее семейной жизни. Мы очень любили, как, впрочем, и остальные женщины, обсуждать все, связанное с мужчинами, в том числе и секс. Но Ириска всегда отмалчивалась в такие моменты и даже упрекала нас в излишней распушенности, говоря, что мы подражаем героиням сериала «Секс в большом городе» и стараемся вести себя как разнузданные американки, а русским женщинам это несвойственно, и они более целомудренные.

– Вот-вот, от этого все наши беды, – возражала ей Лена. – Мужчины не выносят пуританства в постели и бегут от таких женщин к более, как ты говоришь, разнузданным, а выражаясь современным языком, раскрепощенным.

Но Ириска упрямо отстаивала свою позицию, и убедить нам ее не удавалось. Но, обнаружив совершенно случайно секретный файл в компьютере своего мужа и увидев, что ее дорогой верный Левушка втихаря любитесь обнаженными красотками в предельно откровенных позах, Ириска начала действовать. И после обучения на курсах секс-ликбеза она действительно многое переосмыслила и неожиданно для нас донельзя раскрепостилась. Могу только себе представить, как был рад ее Левушка.

– Ты едешь или как? – спросила она и в упор посмотрела на меня.

– Но почему именно туризм? Это тебе Лена посоветовала? – поинтересовалась я, не двигаясь с места.

– При чем тут Лена? Ее бизнес – реклама, сама знаешь. Не скрою, я сначала ей позвонила, спросила, нет ли для меня теплого местечка на ее фирме. Она, язва такая, обхохоталась. Заявила, что ей нужны профессионалы, а не отупевшие домохозяйки и что единственное, что она может предложить, это место курьера, которое как раз сейчас освободилось. И то, добавила Лена, навряд ли я с такой должностью справлюсь, потому что требуется кто-нибудь юный и шустрый и не претендующий на высокую зарплату.

– Но она права, – сказала я, видя, что Ириска замолчала и надула губы. – Реклама в наше время очень прибыльное дело. Сама подумай, что ты можешь? Ты даже на компе работаешь как «неуверенный пользователь». Все, на что ты способна, это скачать из Интернета какие-нибудь материалы для рефератов своей дочурки.

– И что? – мгновенно обиделась Ириска. – Я легко обучаюсь. Не настолько же я отупела! Вспомни, какие сложные лекции нам читали на курсах по сексу! И я все прекрасно поняла и внедрила в жизнь. К вящему удовольствию Левки, – добавила она и хихикнула, слегка покраснев.

– Сравнила! – улыбнулась я. – Постельные премудрости и рекламный бизнес!

– Ну не скажи! И там и тут необходимо приложить максимум творческой энергии, – серьезно возразила Ириска и встала. – Ты долго тут сидеть будешь? – строго спросила она. – Все мы считаем, что тебе необходимо вылезти из раковины, в которой ты последние две недели упорно прячешься, да еще и наглухо закрыв створки.

«А вот это уже заговор! – недовольно подумала я, глядя на ее покрасневшее сердитое лицо. – Девчонки решили взяться за меня серьезно. И спуску не дадут. Лучше сделать вид, что я со всем соглашаюсь».

– Хорошо, – миролюбиво ответила я и тоже встала. – Если вы все так настаиваете, то я прогуляюсь с тобой на это подозрительное собеседование.

– Почему подозрительное? – тут же заулыбалась Ириска. – Вполне солидная фирма. К тому же имеется двухнедельное предварительное обучение.

– Бог мой! – засмеялась я. – И ты серьезно полагаешь, что за две недели станешь квалифицированным специалистом туристического бизнеса? Менеджером? Знаешь, сейчас сло-

вом «менеджер» называют кого угодно: от продавца сомнительных китайских товаров до начальника отдела какого-нибудь производства.

– А нам-то с тобой не все ли равно? – пожалала она плечами. – Главное, почувствовать себя человеком!

Произнеся эту загадочную фразу, Ириска вышла из кухни. Я молча двинулась за ней, думая, будет ли сегодня снова дождь и что лучше надеть.

Самое сложное в этой жизни – работа с самим собой. Мы не в состоянии объективно оценить собственные поступки, потому что являемся сами себе лучшими адвокатами. И в то же время мы отлично осознаем, что нам кое-что мешает жить. У каждого своя проблема и часто не одна, а целый комплекс. И если с нами что-то действительно не в порядке, то необходимо сделать первый шаг и смело признаться себе в этом. Один из самых неудачных способов справиться с тем, что мешает жить, – это игнорировать свои внутренние проблемы. Кстати, как утверждают психологи, такой метод реагирования на проблемы, а именно: не впускать в сознание свои психологические трудности, больше характерен для мужчин. Но это и понятно. Мужчина по натуре воин, победитель, и признаться самому себе, что в его мире не все в порядке, равносильно признать свое поражение. Женщины устроены иначе. Их стихия – эмоции, их роль – хранительница очага. Поэтому женщины легче меняются внутренне, если это необходимо для сохранения очага и мира в семье.

Когда первый шаг сделан и внутренне осознано, что проблемы все-таки имеются, нужно сделать второй шаг и признать, что с этими проблемами нужно что-то делать, и притом не постороннему дяде, а именно вам лично. Стоит понять раз и навсегда, что никто не решит за вас ваши внутренние проблемы, что бесполезно искать виновного в их возникновении и что по большому счету совершенно неважно, кто в них виноват, а важен лишь сам факт их существования. И точно так же бесполезно искать людей, которые вас от них избавят. Никто вам не поможет, кроме вас самих. Ни один врач, ни один психолог, ни священник, ни гипнотизер не смогут вам помочь, если вы сами себе не поможете, так же как не существует в мире чудодейственного лекарства, которое разом уничтожит все ваши комплексы и тревоги. Специалист, владеющий соответствующими знаниями и приемами, сможет вам реально помочь только тогда, когда вы готовы действовать и активно выкарабкиваться из своих комплексов.

Понятно, что гораздо проще забраться в свою маленькую уютную раковину и существовать там в мире собственных иллюзий, пестуя свои страхи, тревоги, комплексы. Но разве в результате таких действий вы возвращаете драгоценную жемчужину? Вы только даете пищу своим проблемам, и они растут и рожают новые. Поэтому надо действовать. И когда вы все-таки осознали и решили, что пора менять что-то в себе, то тщательно проанализируйте суть своих проблем. Возможно, вы спокойно сами справитесь с ними, не прибегая к услугам профессиональных психотерапевтов и психологов. Но не стоит надеяться на быстрые победы. Так не бывает. То, что накапливалось в вас годами, невозможно исправить за несколько дней. Многие думают, что, прочитав одну-единственную понравившуюся им книгу по психологии, или ряд статей в Интернете по их проблеме, или даже посетив один психологический тренинг в группе, они мгновенно достигли положительных результатов. А ведь это лишь начало,

потому что работа над собой не кончается никогда, и нужно приучить себя к тому, что это не прекращающийся в течение всей жизни процесс.

И помните, что никогда не стоит отчаиваться.

В записную книжку

**Никто не решит за вас ваших проблем, кроме вас самих.
Никто вам не поможет, кроме вас самих, с ними справиться.
Неважно, кто виноват, важно, что проблема существует.
Работа над собой – процесс, не прекращающийся всю жизнь.
Один из самых неудачных способов справляться с тем, что мешает
жить, – это игнорировать свои внутренние проблемы.**

Несмотря на ворчание Ириски, я надела джинсы и голубую рубашку спортивного кроя. Прихватив на всякий случай зонт, хотя небо уже очистилось, я вышла вслед за Ириской из квартиры. Она торопливо спускалась по лестнице и продолжала ворчать.

– Недаром существует поговорка, что по одежке встречают, – бормотала она, – но ты, Оля, еще упрямее, чем я. Зачем ты в джинсы вырядилась? Все-таки это собеседование по приему на ра-а-боту, – важно протянула она и обернулась ко мне.

– Слушай, я просто составила тебе компанию и вовсе не собираюсь никуда устраиваться, – заметила я. – И даже паспорт не стала брать, поняла? Мне и так неплохо живется, ясно тебе?

– Неясно! – ответила она и даже остановилась. – Тебе сорок лет. Ну допустим, что ты живешь на ренту, как сейчас модно говорить. Остается позавидовать, что тебе досталась в наследство квартира твоей бабушки, да еще в центре Москвы, которую ты сдаешь за охренительные деньги. Но все равно пора задуматься о пенсии. Ведь тебе уже сорок! А время быстро летит! Оглянуться не успеешь – и вот она, пенсия! А у тебя стажа недостаточно! И мужа, кстати, нет, – совсем некстати добавила Ириска и вновь начала спускаться по лестнице.

– И именно из вышеперечисленных соображений ты решила устроиться на работу? – усмехнулась я, спускаясь за ней. – Но ведь насколько мне известно, твой муж Лева пристроил куда-то твою трудовую книжку и ты якобы работаешь, и стаж идет. Чего тебе волноваться?

– А я и не волнуюсь, – ответила она, вновь повернулась ко мне и ясно посмотрела распахнутыми голубыми глазами. – Я на работу хочу устроиться по другим причинам.

– Вот как? – заинтересовалась я. – А я-то было подумала, что тебя занимает прибавка к пенсии в размере полкопейки за выработанный стаж!

В этот момент мы вышли на улицу и направились в сторону метро «Чертановская», возле которого я живу. Несмотря на то, что небо полностью очистилось от облаков и ярко светило солнце, асфальт все еще был влажным. Возможно, из-за этих испарений воздух казался вязким и тяжелым. Пахло какой-то подвальной сыростью, из-за отсутствия малейшего ветерка деревья стояли неподвижно, обилие машин на шоссе создавало в воздухе сизую, пропитанную химией дымку. У меня резко испортилось настроение.

«Вместо того, чтобы уехать на дачу, – думала я, плетясь рядом с Ириской, – торчу тут, дышу всякой дрянью, да еще и слушаю весь этот бред»

На душе стало тоскливо. Захотелось повернуться и уйти домой. Ириска словно почувствовала перемену, произошедшую в моем настроении, прижалась ко мне и взяла под руку.

– Оля, мне так нужна твоя поддержка, – сказала она ту единственную фразу, которая могла заставить меня остаться с ней.

– Иду я, иду, – немного ворчливо ответила я.

– Понимаешь, я словно прозрела, – продолжила она. – Я ведь действительно люблю своего мужа, хотя в наше время как-то странно сместились акценты и создается такое впечатление, что верная семья не совсем в моде. То, что пропагандируется нам с экранов теле-

визоров и в кино, выглядит как поиск сильных ощущений, и неважно, где их ищут герои, – в постели с собственным супругом или на стороне.

– Вот-вот! – живо откликнулась я. – Действительно, создается впечатление, что мир как бы выхолостился, что эмоции становятся слабее и не такими яркими, как раньше. А может, люди разучились получать от любви удовольствие? Верная и взаимная любовь стала считаться каким-то пережитком и будто бы не удовлетворяет современного человека. И нам это навязывается именно с экранов. Все эти мексиканские сериалы с ненормальными страстями, все эти боевики, где влюбленные совокупляются между перестрелками и возможная смерть служит острой приправой к чувству, я уж не говорю о порноиндустрии, которая сейчас получила возможность развиваться довольно свободно, потому что все еще никто в мире четкого определения порнографии не дал.

– Ну, в этом ты у нас признанный спец! – засмеялась Ириска и лукаво на меня глянула.

Но я не ответила и вошла в вестибюль метро. Эти непрекращающиеся намеки уже порядком надоели. Некоторое время назад, так уж случилось, я выпустила под своей фамилией довольно скандальные книги. Среди них было и такое произведение, как «Я – порнозвезда», название говорит само за себя, причем с продолжением. И хотя я давно объяснила подругам, что это не мои тексты, что записи попали ко мне совершенно случайно, они нет-нет да и шутили на тему моей чрезмерной осведомленности в вопросах секса и всего с ним связанного.

Мы с трудом втиснулись в вагон, потому что попали в час пик.

– И куда все едут? – возмущенно бормотала Ириска мне на ухо, навалившись всей тяжестью. – Лето все-таки! Пора отпусков!

– Привыкай к прелестям жизни работающей женщины, – ответила я, с трудом отодвигаясь от нее. – И так каждый день.

– У менеджеров свободный график, – возразила она и вновь навалилась на меня, так как резко отстранилась от высокого парня, прильнувшего к ней сбоку и ухитряющегося читать книгу, которую он держал на весу.

– Ну-ну, – ответила я и беспомощно улыбнулась мужчине, пытающемуся пролезть к выходу сквозь узкое пространство между мной и какой-то чрезмерно полной и раздраженной женщиной.

«И что заставляет нас так жить? – думала я, вновь впадая в тоску и закрывая глаза, чтобы хотя бы не видеть сограждан с утренними выражениями лиц, зачастую не особо добрых. – А ведь многие так всю жизнь ездят на работу туда и обратно. Или ко всему на свете можно привыкнуть? Даже к такому немислимому времяпрепровождению в течение нескольких часов и каждый день?»

И тут перед моими закрытыми глазами и совершенно против моей воли всплыло лицо Ника. Я настолько ясно увидела его продолговатые, светло-карие с необычным оливковым отливом глаза, яркие губы с приподнятыми вверх кончиками, словно они всегда были готовы к улыбке, черные блестящие длинные кудри, обычно зачесанные со лба гладко назад, услышала его бархатный низкий голос, шепчущий мне: «Я буду любить тебя вечно», что невольные слезы обожгли глаза. Я судорожно вздохнула и невероятным усилием воли попыталась взять себя в руки.

Никита, или, как все называли его, Ник, буквально взорвал мою спокойную устоявшуюся жизнь сорокалетней женщины. Я несколько лет назад развелась с мужем, у меня были две взрослые дочери, и я считала, что все, связанное с мужчинами и отношениями, не говоря уже о любви, для меня закончилось. И вот появился он. Пару месяцев назад я гостила у Ириски на даче, мы гуляли в светлом солнечном березняке, по тропинке мимо прошел парень и посмотрел на меня. И с этого взгляда все началось. Ник уверял меня, что тогда почувствовал все и сразу. Огромная разница в возрасте совершенно его не смутила. Но меня

это соотношение – 18 и 40 – буквально убивало своей невозможностью. Несмотря на это, наше счастье было необычайно сильным. Но кратким, потому что две недели назад Ник уехал под Архангельск служить в ракетных войсках. Все это свалилось на меня как гром среди ясного неба. И сила отчаяния, которое я испытала, когда узнала о его отъезде, неожиданно открыла мне глаза на мое истинное отношение к этому парню. Я и предположить не могла, что настолько сильно влюбилась в него. Эти две недели я изнывала от тоски по нему. Было такое ощущение, что он вошел в мою кровь, пророс во мне, и его нынешнее постоянное отсутствие вызывало боль, словно я лишилась жизненно необходимой мне части тела и души. Вначале я тщательно скрывала от подруг этот немислимый, по моему мнению, роман. Но когда Ник уехал, я впала в тоску и слишком часто плакала, к тому же практически прекратила с ними общаться. Мои дочери, сдав сессии в институтах, уехали отдыхать. Старшая, Катя, двадцати одного года, отправилась с подружками на Селигер, а младшая, Варя, девятнадцати лет, в настоящий момент находилась со своим парнем в Анапе. И я оказалась предоставленной сама себе. Это лишь усугубило депрессивное состояние, в которое я неуклонно впадала. Подруги, видя, что со мной происходит что-то ужасное, забили тревогу и все-таки вынудили меня признаться.

– А я вам говорила, – удрученно констатировала Злата, – что наша Оленька влюбилась.

– И кто бы мог подумать, что в этого малолетку, моего соседа Никитку? – добавила Ириска.

– Да при чем тут возраст? – задумчиво произнесла Лена. – Как сейчас помочь?

Но я заверила их, что сама справлюсь с этим, что они зря беспокоятся. На время они притихли, а я продолжала вариться в собственных переживаниях. И пока улучшения не наступало. Единственное, что меня как-то вытаскивало из этой мрачной ямы, это утреннее обследование почтового ящика. Ник клятвенно заверил, что как только устроится, так сразу мне напишет. И я ждала этого письма с мучительным нетерпением. Но пока от него не было никаких вестей.

«А может, эта мысль, что мне срочно нужна работа, просто ловкий ход, и девчонки решили таким образом помочь мне? – мелькнула мысль. – И заслали Ириску?»

Я открыла глаза. Она в этот момент с возмущением смотрела на какого-то лысого, чрезмерно потного мужчину в черном костюме и при галстуке, который буквально лежал на ее соседке, худенькой, сильно накрашенной девице в таком открытом топике, что он, собственно, ничего и не скрывал. Хотя худющие торчащие ключицы, костлявые плечики, впалая грудь и тонкая шейка показались мне малопривлекательными. Но, по всей видимости, девушка считала себя эталоном красоты и моды. Она хлопала ресницами, покрытыми невероятным количеством туши, и презрительно кривила губки, на которых ярко блестела и переливалась сиреневая помада с голографическими блестками. Выражение ее лица означало только одно: «Любуйтесь моей красотой, пока я позволяю». Да что я тут расписываю? Таковую картину, я думаю, многие наблюдали и не только в метро. И что происходит с нашими девушками? Насмотревшись глянцевого журналов и показов мод, они ведут себя, ходят, одеваются, как топ-модели, и ни в чем им не уступают, как им кажется. И зачастую их вид ничего, кроме жалости, у окружающих не вызывает. Мужчина в черном костюме, лежа на ней, предавался, по-видимому, не совсем приятным мыслям, полностью погруженный в себя. Но девушка решила, что он грязно домогается, и периодически дергалась, пытаясь отодвинуться от него. Но в такой давке это было невозможно. Выражение ее лица становилось все надменнее, мужчина закрыл глаза со страдальческим видом, Ириска метала грозные взгляды на дергающуюся девицу, и я, наблюдая за ними, невольно улыбкулась.

Тут Ириска не выдержала, повернула ко мне голову и возмущенно раздула ноздри.

– Ты видишь эту дуру? – зашипела она. – Извивается, словно ее током бьют. И всех задевает.

– Может, ее блоха кусает? – предположила я, сделав серьезное лицо.

– Блоха?! – истерично вскрикнула Ириска. – А тут блохи водятся?

Благодаря ее воплю мы получили на миг жизненное пространство, потому что граждане невольно отпрянули и с негодованием смотрели на Ириску. Я не выдержала и рассмеялась. Все облегченно заулыбались, видимо поняв, что это шутка. И вновь навалились со всех сторон.

У каждого человека бывают спады в настроении, и, как правило, на это имеются серьезные причины: вы переживаете разрыв с любимым человеком; вы теряете работу или не можете найти такую работу, какую хотели бы; вы теряете близкого человека. Но в этих случаях вы постепенно выходите из этого состояния и начинаете жить дальше. Потому что все это составляет нашу жизнь. Это преходящая депрессия, обычно называемая в народе хандрой или меланхолией. Серьезная депрессия – это отнюдь не глубокая печаль или неспособность получать удовольствие от жизни. Классическими симптомами являются расстройства аппетита и сна и сильная потеря веса. Хотя у некоторых женщин развивается переедание, потому что излюбленным методом является «заедать» чем-нибудь вкусеньким плохое настроение; некоторые начинают очень много спать. Кроме постоянной печали и ощущения пустоты у вас может возникать чувство вины, непонятно перед кем, ощущение своей бесполезности и безнадежности всего происходящего. Вы постоянно чувствуете себя уставшей, раздражительной, вам трудно концентрировать внимание, запоминать или принимать решения. Когда перечисленные симптомы становятся очень сильно выраженными, настолько, что влияют на нормальное течение вашей жизни, это уже хроническая депрессия. Что-то происходит с вашими эмоциями. И самое худшее состоит в том, что вы не знаете, почему. Часто вы не сможете назвать причину или ситуацию, которые могли вызвать депрессию. Вы обнаруживаете, что прежние способы, с помощью которых вы избавлялись от плохого настроения, больше не срабатывают.

Исследования показали, что женщины подвергаются в два раза большему риску впасть в состояние депрессии, чем мужчины. Одной из причин является то, что женщины живут чувствами. Вы будете без конца думать о своих чувствах и причинах спада настроения до тех пор, пока это не приведет к усилению и увеличению продолжительности периодов депрессии. Мужчины в состоянии депрессии, напротив, склонны не показывать своих чувств, часто стараются заняться какой-нибудь активной деятельностью. Женщин же необходимо побуждать проявлять больше усилий для выхода из депрессии, выходить из дому, что-то делать, неважно, что именно, но не предаваться размышлениям о своем самочувствии.

Определенную роль играет также физиология. Помимо возможной наследственной предрасположенности, бесплодие, менопауза, менструации и рождение ребенка могут внести свой вклад в депрессию.

Как помочь себе.

Специалисты говорят, что независимо от того, страдаете ли вы от приступа хандры или находитесь в состоянии глубокой депрессии, вы сами можете много сделать для того, чтобы выбраться из такого состояния. Первым делом перестаньте искать причины и начните что-то делать. Включая обращение за профессиональной помощью.

Внимательно прочитайте несколько советов профессиональных психологов и незамедлительно следуйте этим рекомендациям.

1. Прекратите ставить перед собой непомерно сложные задачи.

Никогда не взваливайте на себя слишком большой груз ответственности. Научитесь соизмерять свои силы и возможности. Если вы требуете от себя слишком многого, это, несомненно, увеличит вероятность неудач, которые ухудшат ваше самочувствие.

2. Большие по объему работы дробите на части. Затем определите, какие задачи являются первоочередными, а что может подождать, и выполняйте работу по мере возможности.

3. Не принимайте серьезных решений в одиночку. Переезд в другую квартиру, смена работы, развод и тому подобное лучше обсуждать с близкими людьми, которым вы безоговорочно доверяете.

4. Избегайте часто оставаться в одиночестве. Проводите время в обществе других людей. Старайтесь говорить с ними на темы, не имеющие отношения к вашему угнетенному состоянию.

5. Делайте все, что может улучшить ваше настроение. Сходите в кино, купите себе то, о чем давно мечтали, посетите салон красоты и т. д.

6. Обязательно выполняйте физические упражнения. Исследования показывают, что испытывающие депрессию люди значительно лучше себя чувствуют, если регулярно делают даже простую гимнастику. А спортивные занятия на свежем воздухе (бег трусцой, ходьба, плавание, велосипедные прогулки) дают значительный эффект.

7. Прекратите пить кофе с сахаром. В ходе одного из исследований обнаружилось, что у людей, склонных употреблять много кофеина и рафинированного сахара, депрессия начинала углубляться. И спустя три месяца они все еще находились в том же состоянии.

8. Не переедайте и не отказывайтесь от еды. Соблюдайте здоровую, хорошо сбалансированную диету. Давно установлено, что резкая смена рациона вызывает такой же резкий спад настроения.

9. Устраивайте себе маленькие праздники. Лекарством может стать вечер в театре, посещение танцевального клуба, что угодно.

10. Не тревожьтесь, что ваше состояние не улучшается немедленно. Нужно время, чтобы вам стало значительно лучше.

В записную книжку

Депрессию можно предотвратить.

Для этого тщательно проанализируйте свои жизненные установки.

Определив негативные, поменяйте их на позитивные.

Базовые – это жизнь, любовь, смерть.

Вы думаете: «Жизнь – дерьмо» или «Жизнь – борьба», замените на «Жизнь – увлекательная игра».

Вы думаете: «Любви нет, потому что все мужики козлы», замените на «Я люблю себя, я достойна любви, мой любимый достоин меня».

Вы думаете: «Вот заболею неизлечимой болезнью и умру», замените на «Я буду жить ровно столько, сколько должна прожить, а потом перейду в другое состояние, и начнется новая игра».

Проведите ревизию своих мыслей, найдите все, что разрушает вас изнутри, отпустите все обиды, злость на кого-то, ненависть, прекратите есть себя поедом за что-то плохое, что вы уже совершили, начните любить себя.

Вам нагрубил начальник? Вас незаслуженно обидел знакомый? Вы поругались с детьми? Вас бросил любимый? И вы, идя на поводу чужих эмоций, начинаете мрачно смотреть на мир, считая, что счастья, справедливости нет в этом мире, и погружаетесь в пропасть отчаяния? Запомните: никто в мире не имеет права разрушать вашу личность, и даже вы сами!

Мы доехали до станции «Китай-город» и вышли на поверхность. Ириска начала заметно нервничать. Мне было все равно. Она шла быстро, без конца вертела головой и трещала без умолку.

– Так, нам нужно свернуть в этот переулок? – вопрошала она, не сбавляя шаг. – Или в следующий? И кто так строит? Запутаешься в две минуты! И мы уже опаздываем! И все из-за тебя! Сто лет свои джинсы натягивала! Все-таки надо было тебе надеть тот костюмчик, Оль! Помнишь, светло-кофейный. Он тебе та-а-ак идет! Ага! – радостно воскликнула она. – Вон, вижу табличку. Этот дом нам и нужен! Пошли скорее, чего ты так медленно плетешься?

Я, не отвечая, свернула за ней в какой-то небольшой квадратный дворик. Ириска, не сбавляя скорости, подлетела к двери, возле которой у небольшой аккуратной клумбы сидели на деревянных ящиках два парня и курили, о чем-то лениво переговариваясь. Ириска озвучила название фирмы, и они равнодушно кивнули. Мы вошли в здание и поднялись на второй этаж. Там увидели девушку, сидящую за столиком. Ириска, заметно волнуясь, сказала, что мы идем к менеджеру Соколовой.

– Комната «пять» – ответила девушка. – Но вы опоздали. Собеседование уже идет.

Ириска схватила меня за руку и ринулась в глубь коридора.

Комната «пять» оказалась крохотным квадратным и очень душным помещением. Когда мы, постучавшись, вошли, то увидели высокую полную женщину с королевской осанкой и надменным выражением лица. Она стояла у стола и вертела в пальцах поблескивающую ручку. На ее груди я заметила бейджик с фамилией Соколова. Напротив нее сидели парень, на вид студент, две подружки, примерно такого же возраста, как и мы с Ириской, пожилая дама в смешной соломенной шляпке и хмурый мужчина весьма потрепанной наружности. Соколова строго на нас глянула и пригласила присесть. Я почувствовала себя провинившейся школьницей, опоздавшей на контрольную, и невольно начала улыбаться. Когда мы

уселись на свободные стулья, Соколова монотонно проговорила, видимо, продолжая прерванную речь:

– В туристическом бизнесе на успех работы менеджера агентства влияет его умение использовать современные программы поиска предложений, а также личное обаяние и умение располагать к себе людей, убеждать их и влиять на их выбор, умение слышать и видеть клиента. Когда клиент вам позвонит, вы должны с первой секунды разговора внушить ему уверенность, что ему незачем где-то еще искать себе туры, так как у вас есть все.

– И как, простите, я могу внушить ему такую уверенность? – ехидно поинтересовался потрепанный мужчина.

– Пока клиент говорит свои пожелания, вы вносите в компьютер ключевые слова: страна предполагаемого отдыха, ценовая категория, количество человек. И сразу – сразу! – выдаете ему варианты. У клиента полное ощущение, что он нашел именно того человека, именно то агентство и что ему следует работать с нами, а не с кем-нибудь другим.

– Простите, господи, но я не умею работать на компьютере, – тихо сказала пожилая дама. – У моего внука он имеется, но я, простите...

– Есть специальный курс с нуля, – невозмутимо ответила Соколова. – Если есть желание, то вы легко пройдете его и даже сможете совмещать с основным обучением.

– А что, еще и обучение придется пройти? – встряла Ириска.

Увидев, как взлетели ее аккуратно выщипанные круглые бровки, я не выдержала и тихо хихикнула.

– Я вам по телефону сказала, что необходим курс, – ответила ей Соколова.

– Извините, я, видимо, не поняла, – удрученно сказала Ириска, – и почему-то решила, что обучение в процессе работы.

– И сколько стоит ваше обучение? – поинтересовался студент.

– Сто долларов в месяц, курс рассчитан на три месяца, – ответила Соколова.

– И никакой гарантии, что вы предоставите работу? – усмехнулся студент.

– Почему? – явно обиделась Соколова. – Я же в начале собеседования сказала, что вы сразу начинаете работать дома на телефоне. И если клиенты приходят в офис именно от вас и заказывают тур, то вы получаете определенный процент.

– Так это еще и объявления в газете давать? – разочарованно протянула одна из женщин и хмуро глянула на нас.

– А вы как хотели? – отчего-то ответила я. – Не фирма же будет за вас это делать?

– Именно! – явно воодушевилась Соколова и глянула на меня с любопытством. – Вы сами организуете свою работу. И в этом есть явное преимущество. Вы можете опубликовать объявление и в газете, и в Сети, и даже развесить на подъездах. Все в ваших руках. И пока посещаете курсы, а это всего четыре раза в неделю, объявления уже работают на вас. Придя домой, вы начинаете отвечать на звонки.

– Лихо! – рассмеялась одна из женщин.

– Но бесперспективно, – заметил студент.

– Почему же? – возразила Соколова. – На курсах вас обучат, как правильно общаться с клиентом, что говорить. Ваша задача состоит в том, чтобы ни один позвонивший вам не остался разочарованным, чтобы он пришел к нам в офис и купил у нас тур.

– Я не хочу давать свой домашний телефон, – выступила Ириска и отчего-то обиженно надула губы.

– Можно сотовый, купить тариф «все входящие бесплатно», – заметил студент.

– Прекрасная мысль, – одобрила Соколова и радостно заулыбалась.

– А обучение где территориально? – поинтересовался потрепанный мужчина.

– В районе ВДНХ, – нехотя ответила Соколова. – Оплата через сбербанк, по предъявлении квитанции можете начинать.

– Извините, но нам это не подходит, – решительно проговорила я, встала и потянула за собой Ириску.

К моему удивлению, она не сопротивлялась.

Когда мы оказались на улице, то отчего-то, посмотрев друг на друга, расхохотались.

– Ну как тебе профессия менеджера туристического бизнеса? – спросила я, когда перестала смеяться и перевела дух. – Будешь сидеть дома и отвечать на звонки оголтелых сограждан, и еще неизвестно, кто звонить будет. Вот твой Левка обрадуется такой бурной жизни своей красавицы жены!

– Именно из этих соображений я и ушла, – ответила Ириска. – Я-то думала, что буду сидеть в офисе, вся такая расфуфыренная, со значительным лицом и почетным статусом «менеджер», и мило общаться с клиентами.

– Но ты же понимаешь, что без обучения в этом деле нельзя, как, впрочем, и в любом другом.

– Но триста баксов! – возмутилась она. – А если мне не понравится или я пойму, что не подхожу? И что тогда?

– Прощай, денежки! – улыбнулась я. – Но риск оправдан. А вдруг это твое призвание?

– Нет, пожалуй, поищу что-нибудь другое, – сказала Ириска. – А пока пошли кофе выпьем. А то нервы на взводе.

Мы вышли из дворика и направились по улице, внимательно глядя по сторонам. Скоро увидели кофейню и решительно двинулись туда. Заняв свободный столик у окна, взяли себе по чашке капучино с корицей и по пирожному.

– Но с чего ты вдруг решила заняться поисками работы? – задала я вопрос, после того как отпила кофе и откинулась на спинку мягкого сиденья.

– Сама не знаю, – ответила Ириска. – Это на подсознательном уровне. Ты же видишь, что я похудела, сменила гардероб, прическу, осознала, как была не права, когда годами в миссионерской позе и ни за что по-другому! Этот вопрос я решила. Но почему-то останавливаться не хочется. Чего я столько лет дома сижу? Зойка уже в восьмой класс перешла, совсем взрослая девочка. Ей помощь матери и не особо требуется. Кстати, она тут как-то упомянула о Никите, что его давно не видно, – неожиданно сменила она тему.

Ник, я уже упоминала, был соседом Ириски по даче и частенько общался с ее дочкой.

– Можешь сказать ей, что его призвали в армию, – хмуро ответила я, тут же ощущая, как привычная тоска сжала сердце.

– Олечка...

Ириска замолчала и посмотрела на меня виновато. Я пила кофе, опустив глаза. И с ужасом чувствовала, как наворачиваются непрошеные слезы.

– В общем, я хочу попробовать найти работу, – после паузы продолжила Ириска нарочито равнодушным тоном. – Но знаешь, в моем возрасте это оказалось не так-то просто. Я пересмотрела кучу объявлений и в Сети и в газетах, но ограничения по возрасту сейчас имеют большое значение. Все, что получше, для девушек до тридцати пяти. А мне, сама знаешь, уже тридцать семь. К тому же опыта нет.

– Но ведь ты же где-то числишься, – заметила я, справившись с ненужной грустью и улыбнувшись ей. – Зачем говорить потенциальным работодателям, что у тебя нет опыта?

– Это, кстати, еще одна проблема, – сказала она. – Я не могу устроиться по трудовой. Значит, мне нужна просто подработка. Поэтому я и обратилась в это турбюро. Там трудовую они и не требовали.

– Может, спросить у Златы? – предложила я. – У них там, насколько я знаю, все время кто-нибудь требуется.

Злата работала в охране, про это я уже упоминала. Ее пост находился при входе в киношные павильоны. А сами павильоны располагались на территории бывшего когда-то

очень крупного завода. Также там находились и офисы всевозможных фирм и фирмочек. Злата называла их «Рога и копыта» и говорила, что в наше время люди, как и герои Ильфа и Петрова, из всего пытаются извлечь выгоду.

– Вахтером? – удивилась Ириска. – Так это же сутки! Левка ни за что не согласится!

– Ну не обязательно в охрану, – улыбнулась я ее неподдельному негодованию.

– Ладно, позвоню, – кивнула Ириска. – И знаешь, я уже поняла, что в столице вся работа делится на три вида: госпредприятия, где все стабильно, но платят мало, коммерческая деятельность, где платят побольше, но нестабильно, да и не очень понятно, от чего зависит зарплата, и собственный бизнес.

– Ну, куда тебя занесло! – засмеялась я. – Чтобы организовать собственный бизнес, нужен немалый капитал, который ты вложишь в дело, команда, которая будет по-настоящему работать, грамотный бизнес-план, лицензия, да еще и «крыша».

– Бог мой, Ольга! Я о таком бизнесе и не говорю. Я имею в виду сетевой маркетинг. Ты организуешь свой собственный маленький бизнес и работаешь на себя. Я записала еще один телефон, это медицинская фирма. Нужно завтра съездить на собеседование. Ты как?

– Не знаю, – вяло ответила я и машинально посмотрела на вошедшую в кафе пару.

И тут же поняла, что меня привлекло. Парень был черноволосым и кудрявым и чем-то неуловимым напомнил мне Ника. Сердце сразу заколотилось, ладони вспотели. Ириска проследила за моим взглядом и тихо вздохнула.

– Все-таки подумай, – сказала она. – А вдруг тебе понравится?

– Мне нравится писать, – после паузы сообщила я. – И всегда нравилось. Я в школе за сочинения только пятерки получала, и наша учительница даже предлагала мне поступать в литературный институт.

– Да, знаю, – согласилась Ириска. – Злата говорила, что ты ей даже пару своих рассказов посылала на емейл. И ей необычайно они понравились.

– Златка все-таки пишет неплохие стихи, вот я и решила, что она меня поймет как никто другой, – пояснила я. – Знаешь, когда тебя распирают эмоции, так хочется все это выплеснуть на бумагу. И потом, вы все мне твердите, чтобы я написала книгу для женщин. Так что занятие у меня есть, не волнуйся!

– Как нам не волноваться? – искренне возмутилась Ириска. – Мы ведь твои ближайшие подруги. А тут эта история с Никиткой! Выбрось ты этого юнца из головы! И если уж так приспичило, то познакомься с мужчиной твоего возраста и круга. Не будешь же ты ждать два года, когда Никита из армии вернется. Да и зачем? Неизвестно, каким он оттуда приедет, с какими мыслями, чувствами. А он тебе пишет?

– Пока нет, – ответила я и закусила губу от желания расплакаться.

– Рано еще, – мягко произнесла Ириска. – Он только призывался.

По данным исследований, женщины более склонны к депрессивным состояниям, чем мужчины, в силу нейрофизиологических особенностей мозга. Сила эмоций может быть примерно одинаковой, но при этом, например, чувство грусти у женщин «включает» нейроны на площади мозга в восемь раз большей, чем у мужчин.

Депрессии необходимо научиться вовремя распознавать. И если работа над собой не приносит успеха, то следует не стесняться лишний раз обратиться к врачу-психиатру или психотерапевту. Нужно знать, что затяжные депрессии часто приводят человека к злоупотреблению алкоголем и наркотиками, а в тяжелых случаях – к самоубийству.

Алкогольная зависимость, как правило, развивается постепенно, и прежде всего на психологическом уровне. Сначала хочется выпить, чтобы улучшить настроение, снять напряжение и усталость, разогнать тоску. И

кажется, что 100—150 граммов какого-нибудь алкогольного напитка – это совсем немного и никакого вреда не принесет.

Однако со временем «несколько рюмок» могут превысить критическую дозу и запустить механизм алкогольной зависимости. Человек стремится уже регулярно испытывать удовольствие от опьянения.

Принято считать, что женщин-алкоголиков намного меньше, чем мужчин. Но это не совсем так. Просто пьющий мужчина чаще оказывается на виду. Из-за сложившегося в нашем обществе стереотипа женщина стесняется этой болезни, считает ее чем-то постыдным и даже порочным и из-за этого скрывает ее от всех. Неудивительно, что многие женщины даже врачам стесняются рассказать о своей беде. Между тем за последние годы число женщин, страдающих тягой к спиртным напиткам, не только не уменьшилось, но и увеличилось, хотя точной статистики, к сожалению, на этот счет нет (опять же, во многом из-за того, что дамы скрывают свою алкогольную зависимость). Причин женского алкоголизма – множество. Самые распространенные – отсутствие полноценной личной жизни, депрессии, стрессы, проблемы в семье.

Как же понять, что вы заболели и нужна помощь?

Алкогольная зависимость формируется в три этапа.

Первый этап врачи называют потерей дозового контроля. Женщина, начиная употреблять спиртное, не может вовремя остановиться. Ей необходимо достичь опьянения.

Второй этап – появление абстинентного синдрома. То, что в народе называют потребностью опохмелиться.

Третий этап – потеря способности получать положительные эмоции от жизни без алкоголя. Женщина не только использует любой повод выпить, но часто сама придумывает эти поводы. Ее мироощущение полностью зависит от алкогольного опьянения. Именно на этой стадии возникают запои.

Главная сложность заключается в том, что женщины, боясь осуждения окружающих, попадают к врачу, когда болезнь уже запущена. Поэтому, если вы видите, что кто-то из ваших друзей или родственниц стал жертвой алкоголя, проявите сострадание и сочувствие и помогите ей найти врача. Выздоровление пойдет быстрее, если женщина увидит, что ее любят, что в ней нуждаются, что она небезразлична для окружающих.

В записную книжку

Депрессии необходимо научиться вовремя распознавать. И если работа над собой не приносит успеха, то следует не стесняться лишний раз обратиться к врачу-психиатру или психотерапевту. Нужно знать, что затяжные депрессии часто приводят человека к злоупотреблению алкоголем и наркотиками, а в тяжелых случаях – к самоубийству.

Когда мы вышли из кафе, Ириска начала уговаривать меня пойти с ней в гости.

– Тут недалеко, – увещающе говорила она. – Это мой двоюродный дядя, доктор наук, очень интересный человек. Недавно развелся, вам будет о чем поговорить.

Но я категорически отказалась. Мне хотелось побыть одной.

– И чем займешься? – настороженно спросила она, когда мы подошли к метро. – Опять будешь одна дома сидеть и грустить по своему солдату? Оля! Так дальше продолжаться не может! К тому же не забывай, что завтра мы с тобой едем на следующее собеседование.

– Там видно будет, – уклончиво ответила я, чмокнула ее в щеку и быстро начала спускаться в метро.

Когда я оказалась в вестибюле, мне почему-то расхотелось ехать домой, и я решила просто погулять по городу.

«Доеду до «Третьяковской», – думала я, – а там пройду пешком до «Полянки».

Я села в вагоне в уголок, хорошо, народу было не так много, и закрыла глаза. Сразу вспомнила лицо Ника, его нежный взгляд.

«Милый, где ты? – думала я. – Что ж ты не пишешь? Или уже забыл меня? Действительно, девочки правы! Мне нужно постараться все это выбросить из головы раз и навсегда. Ни к чему хорошему все это не приведет».

Я почувствовала, как кто-то сел рядом, и машинально открыла глаза. Меня в упор разглядывал мужчина, на вид мой ровесник. Его светло-серые глаза, прикрытые очками, как-то непозволительно пристально уставились в мои. Затем он перевел взгляд на губы, кашлянул и глухо, но решительно произнес:

– Я вас люблю!

Я опешила, потом строго сказала:

– Прекратите!

Мужчина заулыбался, заерзал и радостно поинтересовался:

– Что прекратить? Любить вас?

Его узкое интеллигентное лицо, тонкая линия русых усов и бородки, короткие волосы более светлого оттенка, большие серые глаза в принципе мне понравились. Губы были полными и чувственными, улыбка милой.

– Сударыня, – торопливо начал он, – да вы меня не пугайтесь! Я не маньяк, не извращенец какой-нибудь. Я художник, – довольно гордо произнес он. – И привык открыто восхищаться тем, что мне с первого взгляда нравится. А вы сразу, как только я вошел в этот вагон и вас увидел, мне необычайно понравились. Вы сидите тут с таким милым и печальным видом, словно озябшая птичка на осенней ветке. Сергей, – сказал он после паузы, во время которой смотрел на меня так, словно я была долгожданной игрушкой, а он ребенком, замершим перед ней в восхищении и не верящим своим глазам, и добавил: – Сергей Русаков.

Он торопливо достал из карманов какие-то документы и положил их мне на колени. Его пальцы сильно тряслись. И тут только я почувствовала, что от него пахнет алкоголем.

– Вот паспорт, – говорил он, касаясь пальцами моих колен, – видите, тут пометка, что я разведен. Вот водительское удостоверение, а вот, видите, написано, что я член Союза художников России. Сергей Русаков меня зовут, – вновь представился он.

Я удивленно смотрела на документы. По правде говоря, я сильно растерялась. Сергей мне в принципе понравился, но не могла же я вот так запросто познакомиться в метро с совершенно незнакомым мужчиной. Мало ли!

– А вас как звать-величать? – не унимался он.

– Оля, – тихо и отчего-то сильно смутившись, – ответила я.

– О! Это прекрасное имя! И означает «святая». Надеюсь, это касается лишь добрых качеств вашей души, но никак не плотских желаний. А вы необычайно соблазнительно выглядите!

– О господи, – пробормотала я и попыталась отодвинуться.

Но это мне не удалось, так как я сидела в углу. Сергей вновь придвинулся и чуть ли не навалился на меня.

– Так как? – зашептал он, дыша мне в нос явным перегаром. – Будем считать, что познакомились? И когда увидимся?

– Понятия не имею, – недовольно ответила я и встала. – Извините, мне пора выходить.

Я двинулась к открывшейся двери. Сергей последовал за мной. Выйдя на улицу, я беспомощно посмотрела на него. Но он и не думал отставать. Я медленно пошла по направлению к Большой Ордынке. Сергей шел рядом и улыбался необычайно довольным.

– А вы куда сейчас? – поинтересовалась я, не зная, как быть дальше.

Не звать же было милиционера!

– Куда вы, туда и я, – ни на секунду не задумавшись, ответил он.

– Я в сторону «Полянки», – пробормотала я и перешла дорогу, направляясь в узкий переулок, ведущий к Третьяковской галерее.

– А давайте, Оленька, прогуляемся до набережной, – предложил с жаром Сергей и схватил меня за руку. – Тут совсем рядом. Сейчас перейдем Якиманку, обогнем здание «Президент-отеля», пересечем парк, потом мимо Дома художников, и мы на набережной!

– Зачем? – хмуро поинтересовалась я.

– Так там мои полотна продаются, – немного хвастливо сообщил он. – Вот увидите, какой я талантище!

Я искоса глянула на Сергея. Он широко улыбался, но походка была нетвердой.

«Да он, по-моему, прилично пьян, – подумала я, отодвигаясь и пытаясь вырвать руку, за которую он вновь ухватился. – Как бы отвязаться?»

Я ускорила шаг, но Сергей не отставал. К тому же периодически начинал громко, на всю улицу, читать стихи. Когда он возле перехода через Якиманку с жаром возвестил: «Алина, жальтесь надо мною! Не смею требовать любви. Быть может, за грехи мои, мой ангел, я любви не стою! Но притворитесь!..», рядом раздался громкий смех. Сергей тут же обернулся с весьма грозным видом. Возле нас стояли парень и девушка, на вид подростки. Парень сплюнул себе под ноги и сказал:

– Ну ты даешь, папаша! Ну любишь эту телку, чего орать на всю улицу?

– Я не ору, как вы изволили выразиться, – с достоинством ответил Сергей, – а декламирую. Почитайте Пушкина вашей девушке и увидите, как ей будет приятно.

– Ага, щас! – ухмыльнулся парень.

В этот момент, на мое счастье, зажегся зеленый свет, и мы быстро пошли на другую сторону улицы. Парочка двинулась за нами, посмеиваясь и о чем-то весело переговариваясь.

– Ну никакой культуры, – неожиданно ворчливо заметил Сергей. – Телка, девка, ебацца, вот и все, что они знают. Ужас!

Я глянула на его огорченное лицо и отчего-то ощутила желание утешить. У Сергея даже слезы на глазах выступили. Такая чувствительность меня удивила.

«Хотя, – тут же подумала я, – он ведь художник, творческая натура, а значит, тонко чувствует и все воспринимает близко к сердцу. К тому же в настоящий момент пьян».

Это меня как раз смущало больше всего. И я не знала, что предпринять. Но то, что я перестала думать о Нике, а мою грусть вытеснило любопытство, являлось хорошим признаком. И я пока ничего не предпринимала. К тому же Сергей мне нравился.

Мы обогнули «Президент-отель» и направились по узкому переулку. Там стояла небольшая и очень интересная церквушка. Ее купола напоминали разноцветные шишки, и Сергей остановился и задрал голову.

– Интересное сочетание цветов, – бормотал он, изучая церковь. – И очень контрастно на фоне такого чистого неба. Все-таки старые мастера понимали гармонию цвета. Эти оттенки охры...

Я не стала дослушивать и тихо начала удаляться. Решила отчего-то, что самая пора исчезнуть. Но Сергей скоро очнулся и догнал меня. Он упал передо мной на колени на тротуар и закричал:

– Не уходи, Надежда! Не покидай, Любовь!

– Меня вообще-то Ольгой зовут, – заметила я и быстро пошла прочь.

Сергей вскочил, пошатнулся, но удержался на ногах. Догнав меня, пошел рядом, крепко вцепившись в мой локоть.

Когда мы пришли на набережную, он сразу потащил меня между рядами выставленных картин. Многие продавцы с ним здоровались и с любопытством смотрели на меня. Я чувствовала себя все более неловко. Скоро Сергей резко остановился, развернул меня и показал рукой на две картины, находившиеся на подставке прямо перед нами.

– Вот, это я! – гордо сказал он.

– Серега, здорово! – услышала я за спиной и обернулась.

К нам спешил молодой улыбающийся парень.

– Привет, Стас, – ответил Сергей и нахмурился. – Ты же вчера сказал, что этот натюр-морт какой-то японец берет.

– Да-да, это точно. Сегодня машину подошлет и сразу расплатится.

– А ты, это... сам видишь, я же с дамой, – тихо начал Сергей и отвел парня в сторону, что-то зашептав ему на ухо.

Парень глянул на меня, ухмыльнулся и закивал. Я увидела, как он достает из бумажника деньги, отчего-то разозлилась и быстро зашла за картины. И бросилась прочь, ловко лавируя между выставленных полотен. Добежав до палатки, где продавались багеты, я спряталась за нее и перевела дух. Скоро появился Сергей. Он нервно оглядывался по сторонам и расспрашивал у всех подряд обо мне. Когда он скрылся из виду, я вышла и быстро направилась к ближайшему метро.

Вечером все произошедшее стало казаться мне смешным. Я вспоминала растерянное лицо Сергея, когда он искал меня, то, как он снимал очки и протирал их, его обиженно надутые губы, и вновь начинала улыбаться.

«Даже картины его толком не успела рассмотреть», – с запоздалым сожалением подумала я.

Потом достала из сумочки визитку, которую он сунул мне еще в метро, и задумчиво посмотрела на номер телефона. Возникло вполне определенное желание позвонить. И я набрала номер. Сергей ответил сразу и довольно бодрым голосом.

– Добрый вечер! – официальным тоном произнесла я. – Это Ольга. Мы сегодня в метро познакомились.

– Куда же вы пропали? – грустно поинтересовался он. – Я потом по набережной час бегал, но так вас и не нашел! Ужасно! «Я вас любил, – без перехода начал он декламировать, – любовь еще, быть может, в душе моей угасла не совсем. Но пусть она вас больше не тревожит. Я не хочу печалить вас ничем!»

– А моя подруга тоже пишет стихи, – зачем-то сообщила я.

– И лучше Пушкина? – с легким сарказмом поинтересовался Сергей.

– Нет, конечно, что вы! – рассмеялась я.

– Я люблю Пушкина и Моцарта, – сказал он после паузы. – Их гении равноценны, только в разных областях. Хотя... кто знает, из чего проистекают поэзия и музыка. Мне кажется, из одного источника.

– А живопись? – спросила я. – К сожалению, не успела оценить ваши картины.

– Так приезжай! – с жаром воскликнул Сергей. – Я немедленно такси закажу, и тебя привезут прямо ко мне в мастерскую. Я сейчас здесь, кое-какую работу доделываю.

– На ночь глядя? – засмеялась я. – К незнакомому мужчине? Да за кого вы меня принимаете?

– Почему незнакомому? – искренне удивился Сергей. – Я же тебя люблю!

– Как-нибудь в другой раз, – неуверенно ответила я.

– Тогда жду завтра, – спокойно сказал он. – Запиши адрес. Это на Кутузовском, совсем рядом с метро. Можешь приехать в любое время. Я буду весь день здесь. Взял халтуру на «Мультфильме». Рисую фон для полнометражной сказки, всякие там березки, теремки. Ох, Русаков, Русаков, как ты измельчал! – пробормотал он. – Но кушать хоцца всегда.

Я невольно заулыбалась и начала записывать адрес.

«Быть мужчиной» всегда и во все времена означало скрытность чувств, умение бороться за выживание, желание всегда выходить победителем из любых игр. Мужчинами движут эти навыки, которые передаются им из поколения в поколение и закрепляются родителями и обществом. И именно эти навыки закрывают для них сферу интимности.

Мой бывший муж полностью подпадал под этот стереотип. И даже когда мы были наедине и мне хотелось ласковых слов, нежности, выражения чувств, он оставался замкнутым и внешне холодным. Я говорила: «Ну скажи мне что-нибудь нежное! Мне так этого хочется!» На что получала незамедлительный ответ: «Меня отец всегда учил, что мужчина должен быть сдержанным». «Но ведь мы сейчас одни, – не унималась я. – И кто увидит твою якобы слабость?»

«Мужчина должен быть сдержанным», – упрямо твердил он. Нам тогда было чуть больше двадцати, мы только поженились, и я не понимала, что происходит. Мне стало казаться, что мой муж просто не любит меня.

А дело лишь в том, что общество учит их всегда оставаться «настоящими мужчинами». И они стремятся воплотить в себе все те качества, которые делают невозможным для них откровенность и подлинную близость с женщиной, которую любят. Если сопоставить то, каким мужчину учили быть, и чего мы требуем от них, то становится понятно, какие дискомфортные ситуации мы, женщины, невольно создаем мужчинам.

1. Его учили быть подозрительным, недоверчивым, жить по принципу «Семь раз отмерь и один отрежь». Мы же требуем открытости, полного доверия к нам, спонтанности в чувствах.

2. Его учили узнавать внешний мир и хорошо ориентироваться в нем. Мы просим, чтобы он, вслед за нами, погружался во внутренний мир и становился знатоком всех тончайших движений души.

3. Его учили постоянной конкуренции, в которой побеждает сильнейший. Мы хотим только сотрудничества, причем с равноправным партнером.

4. Его учили быть независимым, самостоятельным. Мы хотим, чтобы он нуждался в нас, не мог прожить без нас ни минуты.

Если понять все эти противоречия, то построить отношения с любимым мужчиной станет немного проще.

Исключения из этого правила составляют мужчины творческого склада. Они устроены совершенно по-другому, чем «настоящие мужчины». Творческие личности прекрасно ориентируются в мире эмоций, что так свойственно женщинам, являются несомненными знатоками внутреннего мира, любят, когда их опекают, без стеснения выражают свои чувства, часто их преувеличивая. Как правило, женщины ценят это, потому что творческая личность поднимает любимую женщину на высокий пьедестал и преклоняется перед ней. А каждая из нас в глубине души мечтает хоть ненадолго, но стать королевой. Недаром все самые яркие любовные романы, известные миру, происходили именно с творческими людьми. Петрарка и Лаура, Маяковский и Лиля Брик, Сальвадор Дали и его русская жена Елена, вошедшая в историю как Гала, Тургенев и Полина Виардо, Стефан Цвейг и его юная жена Лотта, совершившие двойное самоубийство, Курт Кобейн и Кортни Лав и многие другие пары, яркие, страстные и зачастую трагические. Но необходимо понимать, что сильные эмоции – это пища для творчества, поэтому такие мужчины становятся заложниками собственного таланта.

Однако стоит заметить, что тенденция последних лет такова, что и «настоящие мужчины» начинают понимать необходимость воспитания в себе богатства эмоций. Они стремятся научиться глубоко чувствовать и выражать эти чувства женщинам, которых любят. Но для них это очень сложный и даже пугающий процесс. И здесь должна помочь женщина. Стоит быть терпеливой, всячески поддерживать своего мужчину, стараться понять его внутренние сложности, сочувствовать ему. Зато наградой будет то, что ваш любимый научится раскрывать свое сердце и смело дарить вам любовь.

На следующее утро я первым делом спустилась вниз и заглянула в почтовый ящик. Но кроме рекламных листовок и какой-то тощей местной газетенки, которую я никогда не читала, там ничего не было. Я вздохнула, вернулась в квартиру и решила, что сегодня же увижусь с Сергеем. Мне было любопытно побывать в настоящей студии, да и сам он вызывал вполне определенный интерес. Когда я выпила кофе, позвонила Ириска.

– Через час встречаемся у меня в метро у первого вагона, – безапелляционным тоном заявила она. – У нас сегодня снова собеседование, я тебя вчера предупреждала.

Ириска жила возле метро «Нахимовский проспект».

– Так ты же вроде говорила, что во второй половине дня, – заметила я.

– Это хорошо, что ты уже не вопишь и не возмущаешься, – довольно сказала она. – Сама понимаешь, что вот так, сидючи дома, ничего позитивного в своей жизни не добьешься. Под лежащий камень, сама знаешь. Осознала?

– Типа того, – нехотя ответила я, раздумывая, говорить ей о Сергее или пока не стоит.

– Мы сначала к Златке заедем, – продолжила Ириска. – Она сегодня на посту, как она любит выражаться. Она мне сообщила, что на какую-то фирму требуется менеджер по работе с товаром.

– О господи! – вздохнула я. – Ты никак не успокоишься.

Ириска немного опоздала, и мне пришлось выйти из вагона и подождать ее. Когда она, наконец, появилась, то выглядела крайне раздраженной.

– Вот же свинья! – начала она быстро говорить, заходя следом за мной в вагон.

– Кто? – усмехнулась я.

– Хорошо, что народу уже не так много, – не понижая голоса, заметила она и продолжила: – Муж мой, кто еще? Сам живет полноценной жизнью, а меня засадил дома и сейчас в ужасе, что я решила пойти трудиться на благо общества.

– С чего ты решила? – засмеялась я.

– А что? – повернулась она ко мне. – Не на благо же этого эгоиста, моего мужа! Я на него и так лучшие годы!..

– Ты ж сама говорила, что это любовь, – попыталась я ее урезонить.

Но Ириска и не слышала. Она увидела, что освобождается место, и направилась туда. Усевшись, машинально взяла сумочку из моих рук и устроила ее на своей, лежащей у нее на коленях.

– Вообще-то мне не тяжело, – заметила я и улыбнулась.

Ириска подняла раскрасневшееся лицо и вопросительно на меня посмотрела. Ее голубые глаза казались яркими из-за этого сильного румянца.

– Что ты сказала? – спросила она, вытягивая шею.

– Ничего, – отмахнулась я.

Разговаривать нам было неудобно, поэтому я закрыла глаза. И сразу вспомнила Ника. Но тут же усилием воли переключила мысли на Сергея.

«Поехать или не стоит? – размышляла я, старательно взвешивая все «за» и «против». – А что я, собственно, теряю? Мужчина он интересный, к тому же разведен, так что с этой стороны никаких проблем не будет. Кто знает? Мы так странно познакомились. А вдруг это судьба? Все-таки он примерно моих лет, так что перспективы вполне могут быть радужные. А то, что он был сильно пьян, неудивительно. Мало ли! Может, отмечал что-нибудь с друзьями. На алкоголика он не очень-то похож».

– Садитесь, бабушка, – услышала я голос Ириски и открыла глаза.

Она усаживала на свое место какую-то сгорбленную старушку в ситцевом платье и белом платочке.

– Могла бы и молодого человека поднять, – громко заметила я и тронула за плечо парня, сидевшего с закрытыми глазами и слушающего плеер.

Он глянул на меня и мгновенно ошетинился.

– А чего я? – развязно поинтересовался парень. – Сижу себе, никого не трогаю.

– Кажется, Задорнов сказал, что мужчины сидят в транспорте с закрытыми глазами, потому что им стыдно смотреть на стоящих перед ними женщин, – отчетливо проговорила Ириска.

– Да пошла ты, – вяло ответил парень и снова закрыл глаза.

– Не связывайся, дочка, – немного испуганно проговорила старушка и слегка отодвинулась от парня. – Они нонче шибко ершистые стали. Боязно даже. А ведь это наша надежда и опора.

Я смотрела на парня и думала, что Ник практически его ровесник, что, по всей видимости, только со мной он был таким милым и воспитанным, а в компании таких же, как он, ребят вел себя соответственно и наверняка употреблял мат.

«Встречусь, пожалуй, с Сергеем, – решила я и даже как-то внутренне успокоилась. – Съезжу с Ириской на собеседование, а потом отправлюсь в студию. Только вот ей об этом говорить не стоит. А то представляю реакцию!»

Когда мы вышли из метро, Ириска решила зайти в магазин и купить шоколадных конфет.

– А то Златка там, бедная, сутки, – заметила она, – все радость! Чаек с конфетками – то что нужно.

– А ты уверена, что она сейчас не сидит на какой-нибудь очередной диете? – улыбнулась я, наблюдая, как Ириска наморщила лоб, изучая витрину.

– Ничего, от шоколада еще никому вреда не было! – уверенно ответила Ириска. – А лучше куплю-ка я ей коробку ее любимого зефира в шоколаде. Точно!

Приобретя зефир, мы вышли из магазина и направились в нужный нам переулок. Скоро оказались возле проходной завода. Пост Златы находился внутри территории при входе в киношные павильоны. Но на этой проходной контролеры нас уже знали и пропустили. Мы отправились между старыми, красного кирпича, огромными цехами бывшего завода.

– А еще говорят, что капиталисты угнетали рабочих, – проворчала Ириска, подняв голову и изучая монументальное здание бывшего кузнечного цеха. – Ты посмотри, какие корпуса строили для работы, прямо дворцы. И высокие, и просторные, на кирпиче уж точно не сэкономили. А все для того, чтобы рабочим было удобно и не душно.

– Это спорный вопрос, – ответила я, огляывая здание и направляясь ко входу в корпуса.

– А сейчас наделали внутри клетушек, обозвали их офисными помещениями и думают, что достигли всеобщего счастья, – не унималась Ириска, идя за мной.

– Так здесь офисов-то и немного, насколько я помню, – ответила я. – А съемочные павильоны как раз очень просторные.

– А не один хрен? – туманно ответила она и вдруг остановилась. – А это что за песни?

Мы обогнули здание и пошли в ту сторону, откуда доносилась музыка. Это была современная песня какой-то очень знакомой группы.

– Стоп! Перерыв, и снимаем крупные планы, – раздался в этот момент голос явно из громкоговорителя. – Сергей, к гримеру!

Мы переглянулись и хихикнули. Но шаг замедлили.

– Давай все-таки вначале к Златке на пост пойдем, – неуверенно предложила Ириска, хотя ее глаза блестели от едва сдерживаемого любопытства. – А голос знакомый, не находишь? Кажется, это моя любимая группа «Моральный кодекс».

– Давай посмотрим, что там, а потом к Златке, – сказала я.

И мы двинулись к полуразрушенному кирпичному корпусу какого-то цеха. Погода стояла жаркая, солнце палило, хотя еще было рано. Пыльный нагретый асфальт, высокие стены из древнего красного кирпича, безлюдье, ленивая полосатая кошка, развалившаяся в теньке под деревянной покосившейся скамейкой, притулившейся возле входа в один из корпусов, создавали странное ощущение. Казалось, что мы каким-то непостижимым образом перенеслись в провинциальный промышленный городок конца XIX века. Но в этот момент из-за угла здания вывернули две женщины в брюках защитного цвета, кепках и совершенно не соответствующих им цветастых футболках, и ощущение нереальности мгновенно исчезло. Они прошли мимо, о чем-то оживленно переговариваясь и не обращая на нас никакого внимания. Я задержала взгляд на их объемных фигурах, колышущихся при ходьбе, и неприметно вздохнула, машинально втянув живот.

– Ну чего ты на них уставилась? – недовольно поинтересовалась Ириска и потянула меня за руку. – Видишь, что тетки из охраны, коллеги нашей Златы. Форма-то одинаковая. Правда, диковатая, – хихикнула она. – К этим немислимым штанишкам военного образца

еще и такие же жилетки прилагаются. Тетки, видимо, по причине жары их сняли. Но Златка как-то мне жаловалась, что не выносит эту форменную одежду, не понять на кого сшитую.

– Еще бы! – согласилась я. – Выглядит отвратительно. Как будто нельзя спецодежду делать красивой и удобной!

– О чем ты? Кому это нужно? Модельерам интересно делать арт-коллекции или создавать моду «от кутюр», а ты о спецухе!

– А вот в шестидесятые годы было такое направление в моде – одежда для разных специальностей, – заметила я. – Я во многих фильмах тех лет видела. Женщины всегда запоминают все, что связано со стилем и модой. Так ведь?

Ириска не ответила. Она ускорила шаг. Видимо, из-за того, что за стеной кто-то прокотал:

– Мотор! Начали!

Мы зашли за угол и первым делом увидели Злату. Она стояла в проходе между двумя огромными и практически разрушенными корпусами и внимательно за чем-то наблюдала. Когда мы подошли к ней, то перед нашими глазами открылась самая настоящая съемочная площадка.

– Привет, девчонки, – шепнула она нам. – Хорошо, что меня отыскали. Слава вам сказал, где я?

– Нет, – удивились мы.

Слава был разнорабочим, и Злата частенько просила его посидеть за нее на посту, если хотела отлучиться.

– Мы у тебя и не были, – пояснила Ириска. – Музыкаку слышали и прошли мимо.

– Бондарчук снимает саундтрек к своему фильму, – прошептала Злата, кивая головой в сторону съемочной площадки.

– Ой! – пискнула Ириска. – Мой любимый Сергей Мазаев!

– А тут находиться можно посторонним? – засомневалась я.

– Я из охраны, так что не посторонняя, – улыбнулась Злата. – И помреж разрешил. Видите, вон тот маленький мужичонка с чудной прической?

Мы замолчали и дружно посмотрели на невысокого худощавого мужчину в сильно вылинявшем голубом джинсовом костюме. Он стоял за раскладным стулом Бондарчука и внимательно изучал какие-то бумаги. Его практически седые вьющиеся волосы были выбриты на висках, сострижены почти по всей голове, но сзади оставлен длинный, до лопаток хвост, затянутый синей резинкой. В этот момент он повернулся в нашу сторону. Я заметила, какие у него пронзительно синие глаза, скорее даже бирюзовые.

– Прикольный чувак, – заметила Злата.

Несмотря на свой предпенсионный возраст, она любила употреблять такие выражения.

– Ты, случаем, не на диете? – не к месту спросила Ириска.

– На диете, а что? – повернулась к ней Злата.

Я посмотрела на ее упругое гладкое лицо с матовой загорелой кожей – Злата была фанаткой загара, – на большие синие глаза, густые темно-каштановые волосы и розовые губы и улыбнулась. Злата выглядела свежо, и даже если она и сидела сейчас на какой-нибудь очередной диете, то вреда ей от этого явно не было. Злата отличалась тем, что ухитрялась находить немыслимые по своим составам диеты и даже пыталась придерживаться их. Ее последним из известных нам экспериментов была диета, состоящая из белого вина и сыра. Кстати, Злата узнала о ней на работе от какой-то актрисочки второго плана и немедленно решила последовать. Она и вправду за неделю похудела на пять килограммов. Но при этом чувствовала себя плохо и выглядела болезненной. К тому же, как справедливо заметила Лена, наша четвертая подружка, находилась постоянно «под мухой»

– О господи! – вздохнула Ириска. – А мы тебе зефир в шоколаде принесли!

– И прекрасно! – невозмутимо ответила Злата. – Я на мини-диете.

– Это еще что такое? – удивилась я.

– Ешь все, что ты любишь, но невероятно урезаешь порции, – ответила Злата. – Например, хочешь виноград. Берешь всего одну ягоду и очень медленно начинаешь ее есть, внушая себе, что это целая кисточка. И так со всеми продуктами. Так что если раньше я слопала бы сразу полкоробки зефира, то сейчас за смену съем одну зефирину по маленьким частям.

– Знала бы, купила бы тебе кедровые орехи в шоколаде, – проворчала Ириска. – Один крошечный орешек за смену! Нет, Златка, ты ненормальная!

– Не понимаешь? – слегка обиделась та. – Желудок со временем сжимается, и меньше есть хочется.

Многие женщины внушили себе, что «красота требует жертв», и упрямо следуют этому принципу. В результате они подрывают свое здоровье. А как гласит известная поговорка, здоровье – это то, потеряв, уже никогда не найдешь. Рассмотрим некоторые из устойчивых мифов, касающихся нашего с вами здоровья и красоты.

1. «Чтобы похудеть, есть нужно как можно меньше».

В этом утверждении верно лишь то, что есть нужно действительно меньше. Но вот худеть при этом удастся не всегда. Организм легко расстается только с по-настоящему лишними килограммами. И как только он от них избавится, появляется постоянное «глубинное» чувство голода. И организм, независимо от нашей воли, тут же бросает все питательные вещества на построение жировых запасов «на всякий случай», сокращает расход энергии за счет основного обмена и снижения температуры тела на десятые доли градуса. У вас замедляется работа сердца, понижается давление и тонус мышц. Вы больше спите и меньше двигаетесь. Организм себя в обиду не даст, а вы оказываетесь в проигрыше.

2. «Поздний ужин приводит к появлению лишнего веса».

По статистике каждый четвертый житель крупного города работает допоздна или в ночную смену. Естественно, ужин будет поздним. Но диетологи считают, что это никак не отражается на фигуре, если только не переесть, не превышать суточную норму калорий и не есть жирную, сладкую пищу. А ведь часто в конце тяжелого трудового дня мы балуем себя разными вкусностями, пьем у телевизора пиво, закусывая его чипсами или сыром с копченой колбасой. Оптимально – есть за три часа до сна и низкокалорийную пищу.

3. «Шоколад вреден для здоровья».

Вредно в нем лишь большое количество сахара и жира как для фигуры, так и для организма в целом. Однако исследования показали, что какао-бобы содержат в большом количестве особые вещества – флавонолы (flavonol), которые улучшают работу сердца и сосудов. Благодаря этим веществам снижаются давление и свертываемость крови, а также воспалительные процессы. Эффект напоминает действие аспирина. Пить горький шоколад или съесть небольшую плитку один раз в день пойдет вам только на пользу.

4. «Свежие овощи полезнее замороженных».

Замороженные фрукты и овощи, если хранились в соответствии с правилами, почти не уступают по своему качеству свежим. Более того, исследователи уверены, что зимой свежие овощи практически не содержат витаминов и минералов, так как, прежде чем попасть на прилавок, они долго лежат на складах. Преимущество замороженных овощей в том, что они

подвергаются обработке обычно уже через несколько часов после того, как были собраны, и их питательная ценность сохраняется.

5. «Суп вреден, он «зашлаковывает» организм».

В России потребление первых блюд традиционно. В суп добавляют много компонентов, ни одно другое блюдо столько их не содержит. И ничего, кроме пользы, суп вам не принесет. А для людей, склонных к полноте, это еще более актуально. Ограничение супа в любом случае приведет к потреблению большего объема вторых блюд и десертов. Ведь объем желудка надо заполнить, это один из механизмов формирования насыщения. Таким образом, ограничение в потреблении супа чревато перееданием и формированием избыточного веса.

6. «Сладкие газированные напитки вреда не приносят».

Во-первых, они раздражают слизистую желудка и могут явиться причиной развития гастрита и язвенной болезни. Во-вторых, резко повышают аппетит. И в-третьих, что тоже немаловажно, один стакан сладкой газированной воды обычно содержит пять чайных ложек сахара. Злоупотребление таким напитком дает серьезную нагрузку не поджелудочную железу и может в будущем способствовать развитию диабета.

7. «Нужно употреблять только обезжиренные молочные продукты».

В мире давно предпринимаются меры для снижения поступления с пищей энергии, потому что основная проблема – это то, что потребляемая энергия расходуется лишь частично. А главным ее источником является жир. Молочные продукты одними из первых стали освобождать от жира. Но вместе с ним стали уходить и жирорастворимые витамины, лецитин, полиненасыщенные жирные кислоты и другие важные для человека биологически активные вещества. Технологи в настоящее время по настоянию медиков пытаются исправить эту ситуацию. Поэтому некоторыми витаминами нежирные молочные продукты специально обогащаются. Но стоит задуматься о составе вашей пищи. Логичнее уменьшить поступления животного жира за счет ограничения потребления колбас, сосисок, сарделек и оставить в рационе молочные продукты нормальной жирности.

8. «Холестерин – причина сердечно-сосудистых заболеваний».

Уровень холестерина в крови важен, однако на его основе нельзя сделать вывод, будет ли у человека инфаркт. В этом смысле первенство принадлежит гипертонии. Под давлением крови в артериях могут образовываться отверстия. Организм ликвидирует их при помощи холестерина. Если холестерин полезный, то отверстия закупориваются гладко. Если холестерин вредный, то в конце концов закупоривается сосуд. Это приводит к инфаркту. Оптимальное давление составляет 120 на 80, если же оно выше 140 на 90, то вы уже находитесь в зоне риска.

9. «Необходимо постоянно чистить организм».

Часто практикуемое для этого в быту очищение кишечника с помощью клизм приводит к серьезным нарушениям функции кишечника и различным заболеваниям. При этом вымывается микрофлора, у человека резко снижается иммунитет, он становится более подвержен инфекциям. Напрашивается логический вывод, что постоянно это делать не стоит.

10. «Алкоголь, безусловно, вреден в любых дозах».

Ученые всего мира давно пришли к выводу о пользе, например, сухого красного вина. Они обнаружили в нем компоненты, оказывающие благотворное действие на сердечно-сосудистую систему. В частности, красное вино «разжижает» кровь и предотвращает образование тромбов. А в пиве содержится комплекс витаминов В, необходимый для нормальной работы нервной системы. По мнению врачей, здоровым людям не стоит исключать алкоголь из рациона – нужно просто не злоупотреблять им.

В этот момент на съемочной площадке появился Сергей Мазаев, солист группы «Моральный кодекс». И мы, мгновенно замолчав, повернулись в его сторону. Бондарчук крутнулся на стуле и, подняв голову, начал что-то объяснять. Мазаев кивал. Потом занял место на невысоком подиуме, который находился посередине полуразрушенного цеха. Выглядело это эффектно. Замшелые от старости, если так можно выразиться, кирпичные стены с неровно обвалившимися проемами огромных прямоугольных окон, остатки крыши, сквозь дыры которой падали солнечные лучи и заставляли матово поблескивать музыкальные инструменты, оставленные на подиуме, и высокая фигура Мазаева возле стойки с микрофоном. Он был одет в джинсы, темно-розовую футболку и, несмотря на жару, меховое полупальто. Оно было распахнуто и выглядело так, словно было пошито из старых волчьих шкур.

– Крупные планы! – скомандовал помреж.

Бондарчук в этот момент что-то объяснял высокой кудрявой девушке в сильно открытом топе, узких брючках и с выражением «звездности» на хорошеньком личике. Она смотрела на него, не отрываясь, и кивала как заведенная. Потом взяла со стула коробку с гримом и метнулась на подиум. Мазаев послушно подставил лицо. Девушка слегка подправила ему тон щек и тронула кисточкой губы.

– О господи, только не это! – услышали мы голос Златы.

К Бондарчуку, быстро семеня, двигалась пожилая женщина в синем спецовочном халате.

– Это наша заслуженная работница, – со вздохом пояснила Злата и пошла к ней.

Мы, естественно, тоже не остались на месте.

– Ей уже давно за шестьдесят, – тихо говорила нам Злата. – Всю жизнь на этом заводе проработала, а когда его закрыли, то все равно не ушла. Стала трудиться в охране. И по-прежнему ревностно относится ко всему, что происходит с ее любимым заводом. В принципе это понятно. Здесь вся ее жизнь. Ну и наслушались мы ее рассказов, как все было замечательно при Сталине, потом при Брежневле и так далее. И как все плохо сейчас. Завод развалили, рабочие не в почете.

– Антонина Петровна, – тихо позвала Злата, подходя к ней.

Но та, мельком на нас глянув и кивнув Злате, схватила удивленного Бондарчука за рукав и быстро заговорила:

– Здравствуйте, Федор Сергеевич! Очень приятно увидеть вас живьем!

Я с трудом подавила смех, заметив, как у Бондарчука взлетели брови. Но он, как хорошо воспитанный человек, сдержался и вежливо заулыбался. Правда, руку попытался выдернуть. Но не тут-то было. Антонина Петровна вцепилась бульдожьей хваткой.

– Вы такой красивый, – продолжила она и свободной рукой начала его оглаживать, как породистого коня. – И есть в кого! Я и маму вашу знаю, и папу, царствие ему небесное, знала и любила.

– Лично? – удивился Бондарчук и посмотрел на нее более внимательно.

Антонина Петровна расплылась в улыбке и затопталась на месте, но продолжала цепко держать его за рукав.

– Что вы! Эта честь не по мне! Из фильмов, из фильмов. Мы все вашего батюшку любили. Прямо влюблены были! У нас тут во Дворце культуры, знали бы вы, какой раньше у нас Дворец был, не чета нынешним, премьеры проходили, встречи с артистами.

– Все это очень интересно, – не выдержал Бондарчук и беспомощно оглянулся. – Но у нас работа.

Злата мгновенно выступила вперед и ласково взяла Антонину Петровну под локоть.

– Давайте в сторонке посмотрим, как снимать будут, – сказала она увещевающим тоном. – Нам любезно разрешили, так воспользуемся такой возможностью.

– А ты почему пост оставила? – строго поинтересовалась Антонина Петровна. – Разве раньше такое возможно было? В цех являлись минута в минуту и работали, сколько положено.

– Да, конечно, – спокойно согласилась Злата и попыталась увести ее.

Но та и не думала отпускать Бондарчука. Она вновь повернулась к нему и важно представилась:

– Меня зовут Антонина Петровна. Я на этом заводе, почитай, с малолетства работаю. Вот и сейчас во времена разрухи по-прежнему здесь. Ах, какие тут были цеха! Еще при царе строили, а они все стояли и нас радовали. А в нынешнее время за пару лет все развалили! Меня зовут Антонина Петровна, – еще раз сообщила она и придвинулась к Бондарчуку, заглядывая ему в глаза.

– Очень приятно, – уже более раздраженно ответил он и вновь попытался освободиться от ее цепких пальцев.

– Федя, долго еще ты будешь беседовать с этими старыми... – услышали мы.

– Спокойно, Мазай, – оборвал его Бондарчук. – Сейчас начнем.

К нам подошел Мазаев. Он смотрел как бы сквозь нас. Я всегда очень любила песни группы «Моральный кодекс», мне казалось, что Мазаев воплощает собой так недостающий сейчас на эстраде тип мужественности. К тому же мне он нравился чисто внешне. В жизни он оказался еще интереснее, чем на экране. Но выражение лица и особенно глаз мне абсолютно не понравилось. Он подошел близко к нам, и это оказалось ошибкой, так как Антонина Петровна свободной рукой мгновенно схватила его за рукав шубы и попыталась приткнуть к себе.

– Надеюсь, его маму и папу она не знает, – прошептала мне на ухо Ириска.

И мы не выдержали и тихо прыснули. Мазаев глянул на нас с легким презрением, приподнял брови и скривил губы. И моя многолетняя любовь к нему улетучилась за одну секунду. Я увидела пресыщенного славой и всеобщим поклонением мужчину со всеми признаками «звездной болезни».

– Вынужден покинуть ваше милое общество, – ласково проговорил Бондарчук. – Приятно было познакомиться.

– Ваши песни, Сережа, я тоже знаю, – не унималась Антонина Петровна и тянула к себе опешившего Мазаева. – Мне нравится «До свиданья, мама».

– До свиданья, мама! – ехидно произнес Мазаев.

– Я вижу, что проехала машина нашего начальства, – громко и четко произнесла Злата.

Антонина Петровна мгновенно опустила руки и вытянула шею, изучая пространство между корпусами.

– Точно, Златочка? – испуганно спросила она.

– Точнее некуда, – кивнула Злата.

– Простите, молодые люди, – важно проговорила Антонина Петровна. – Но я должна вернуться на свой пост. Я при исполнении.

Она выпрямила спину, зачем-то одернула халат и пошла прочь.

– Спасибо, – выдавил из себя Бондарчук и вяло улыбнулся нам.

– Не за что! – весело ответила Злата. – Мы, пожалуй, тоже пойдем.

Мазаев, не глядя на нас, вернулся на подиум и встал в эффектной позе возле микрофона. Мы пошли к зданию, где находился пост Златы, услышав за спиной, как Бондарчук громко говорит:

– Да, вот так поверни голову! Отлично! Ты просто Марлон Брандо в этом ракурсе!

– А я хотела песню послушать, – неожиданно заявила Ириска.

– По телевизору посмотришь и послушаешь, – ухмыльнулась Злата. – Помреж сказал, что премьера клипа через месяц на МТВ.

Когда мы пришли на пост, Злата сразу поставила чайник. Помещение было небольшим, состоящим из двух отсеков. Входя в здание с улицы, посетители попадали в отсек типа предбанника. За стеклянной стеной сидела Злата, а слева был вход непосредственно в здание. Свою двухметровую каморку Злата называла аквариумом из-за этой стеклянной стены.

– И где ты спишь? – поинтересовалась Ириска, заходя внутрь и усаживаясь на табуретку возле низкой тумбочки, на которой умещались только электрочайник и пара чашек.

Я устроилась за шкафом.

– Да вот тут под столом ставлю раскладушку, – пояснила Злата.

– Ну-ну, – сказала Ириска и достала из сумки коробку зефира. – Не представляю! И это наверняка вредно для женского организма, спать в таких условиях.

– Ну что поделаешь? – вздохнула Злата.

– А что за работу предлагают? – поинтересовалась я. – А то Ириска, как видишь, решила круто изменить свою жизнь и превратиться из домохозяйки в бизнесвумен.

– Есть тут фирма, занимающаяся цветами, – задумчиво проговорила Злата. – Так у них одна девочка в декрет ушла, вот и ищут. А сейчас, сами знаете, время отпусков. Трудно кого-либо найти.

– Цветами? – удивилась я. – В каком смысле?

В этот момент в предбанник вошел какой-то потный и раздраженный мужчина и громко начал возмущаться, что на территории нет указателей, а охрана никуда толком послать не может.

– Охрана послать как раз может, – пробормотала Злата, потом спросила официальным тоном: – А вам что, собственно, нужно?

– Да где-то здесь есть фирма по продаже греческих товаров, – ответил мужчина и посмотрел на Злату с явным нетерпением. – У меня назначено, на входе схему выдали, но по ней разве что Иван Сусанин сможет сориентироваться.

Злата вышла с ним на улицу и начала объяснять, махая рукой. Мы с Ириской переглянулись.

– Ну что, будешь знакомиться с цветочным делом? – улыбнулась я. – Опять-таки менеджер. Я вижу, что тебя такая должность чем-то необычайно прельщает.

– Да я уже запуталась, – призналась Ириска. – Ты была права, куда ни плюнь, в менеджера попадешь. А кто это по сути? Так мне толком и не объяснили.

Злата вернулась к нам и только начала рассказывать о предлагаемой работе, как из здания вышла девушка в ярко-желтом переднике, косынке и со шваброй. Она поставила ведро на пол, равнодушно поздоровалась с нами и спросила:

– Злат, я у тебя помою?

– Конечно, Танюшка! Чего спрашивать? А мы пока на улице подождем, – ответила Злата.

Мы вышли за двери и остановились.

– Кстати, – начала Злата, понизив голос, – если хотите в наше время заработать и особо нервы не мотать, то нанимайтесь уборщицами.

– Шутишь? – не поверила я, глядя через стекло, как Танюшка намывает полы. – Что, за такую низко квалифицированную работу хорошо платят?

– Это смотря где, – улыбнулась Злата. – Вон, видите, девушка сюда идет.

Мы дружно повернули головы. Из-за угла здания показалась тоненькая светловолосая девушка в узкой юбке и приталенной блузке. Она быстро шла, о чем-то возмущенно говоря по мобильному. Поравнявшись с нами, поздоровалась и скрылась в здании.

– Это Ксюша, – прокомментировала Злата тоном ведущего ток-шоу. – У нее высшее образование, работает секретарем одной фирмы, занимающейся кровлей, получает всего 500 баксов. А сами знаете, для Москвы это мало. К тому же у нее ненормированный рабочий день, и бывает, что она засиживается допоздна. Кстати, здесь это довольно распространенное явление, так как предприятия коммерческие.

– И что? – удивилась Ириска. – Для молоденькой девушки что еще нужно? Так, на булавки, а все остальное наверняка обеспечивают родители и молодой человек.

– Дело не в этом, – продолжила Злата, понизив голос. – А у меня убирает Танюшка. Ну, вы ее видели. Она приехала из Тверской области, образование – средняя школа. Работает, как они сами говорят, «тряпкой», то есть уборщицей. По трудовой в нашей фирме два дня через два. Оклад 300 баксов. Но она взяла подработку здесь же, на территории, и успевает во время официального рабочего времени мыть полы в нескольких офисах. Кроме этого в свободные два дня работает в другом месте. Догадываетесь о ее суммарной зарплате? Уверяю, что это больше штуки баксов. При этом ее никто не напрягает, она на всех чихает с высокой колокольни и чувствует себя превосходно.

– Ты предлагаешь мне уборщицей устроиться? – сделала странный вывод Ириска.

– Вовсе нет! – засмеялась Злата. – Просто привожу пример, как сейчас акценты сместились. Тут по вечерам ходит одна дама. Я вначале думала, что она как минимум замдиректора какой-нибудь фирмы. Всегда является в деловом костюме, при прическе и косметике. И на высоких каблуках. А потом выяснилось, что она днем в госучреждении трудится, в собесе, что ли, а по вечерам убирает кабинет нашего шефа. Сказала, что сыну на учебу не хватает. Он в институте на платном. И зарплата уборщицы в два раза выше, чем ее оклад в собесе. Вот какие дела.

В этот момент дверь открылась и выглянула Танюшка.

– Все, девочки, – радостно сообщила она, – я закончила.

– Спасибо, – сказала Злата. – Пусть просохнет.

– Ну я побежала? Мне еще в одно место нужно успеть, – ответила та.

– Давай, пока! – кивнула ей Злата.

В этот момент подъехал большой черный джип с тонированными стеклами, и Злата мгновенно скрылась за дверью. Мы в недоумении остались на месте.

– Видимо, большое начальство, – сообразила Ириска. – Делаем вид, что мы тут по делу.

– А мы и так по делу, – улыбнулась я. – Ты же пришла насчет трудоустройства.

Из джипа вышел парень и открыл заднюю дверь. Показался полный седой мужчина весьма представительной наружности. Он мельком на нас глянул и вошел в здание.

– Точно шеф, – прошептала Ириска. – Видела, какой импозантный?

Я молча кивнула. Через несколько минут появилась Злата.

– Вот же черт принес! – озабоченно проговорила она. – А ведь лето на дворе! Нет, чтобы на даче отдыхать! Наш генеральный приехал, девочки. Так что не повезло. Я сейчас и отойти никуда не смогу. Он у нас очень строгий насчет этого. В туалет и то проблема отлучиться. Но я позвонила в «Букет интернешнл», сказала, что вы сейчас подойдете.

Мы вошли вслед за ней в здание. Она осталась на посту, а мы поднялись на лифте на третий этаж и направились по указателям, развешенным на стенах.

В России до настоящего времени существует убеждение о пресловутом пороговом возрасте, достигнув которого, специалист перестает интересовать потенциального работодателя и остается невостребованным. И если на Западе работник, достигший сорокалетия, явление распространенное, то для многих российских компаний такой специалист не считается особо ценным.

Обстановка на рынке труда за последние годы кардинально изменилась. Молодые, энергичные менеджеры, способные создавать новые идеи и воплощать их в жизнь, оказались на первом месте в создании новых компаний. Они не боялись начинать дело с нуля, не были обременены семейными проблемами, получили образование, соответствующее современным требованиям. И сейчас существует множество компаний, в которых только молодой персонал (средний возраст – 25—30 лет).

Но со временем экономическая ситуация в стране если и не стабилизировалась, то хотя бы нормализовалась. И тут руководители поняли, что молодой задор и фанатичный энтузиазм – это хорошо, но вот опыт и здравый смысл, присущий людям после сорока, тоже необходим. Однако уже сложился определенный стереотип. Специалист, чей возраст перешагнул сорокалетний рубеж, часто воспринимается руководителем как человек со старым стереотипом мышления, то есть не направленным на результат. При этом весь накопленный опыт приобретает некий негативный оттенок как устаревший и неэффективный. Кроме того, зачастую руководитель, достаточно молодой по возрасту (30—35 лет), испытывает психологический дискомфорт, если ему приходится брать на работу человека старше его по возрасту. Стандартна также и ситуация, когда весь персонал компании состоит только из молодых специалистов. При таком положении руководитель часто не решается брать работника, возраст которого значительно отличается от возраста остального персонала. С одной стороны, существует опасность, что соискателю будет трудно прижиться в таком коллективе, с другой – что такие люди менее энергичны и не будут успевать за темпами развития компании.

С женщинами после сорока дело обстоит еще сложнее. Их неохотно берут на работу молодые развивающиеся компании, считая таких специалистов абсолютно бесперспективными. Сложившийся стереотип рисует таких работниц как ленивых, с узостью мышления, неспособных принимать быстрые решения, закосневших в своих устарелых представлениях, к тому же обремененных семейными проблемами. Но, как показывает практика последних лет, как раз женщины наиболее охотно стараются изменить свою жизнь. Они идут в центры занятости, записываются на курсы, легко меняют профессию, подстраиваясь под требования времени, посещают психологические тренинги. И многие делают неожиданную успешную карьеру в новых для себя областях.

В записную книжку

Если вам за сорок и вы никак не можете найти работу, то не отчаивайтесь. Прежде всего, расставьте для себя приоритеты. Определите для себя, что вы хотите получить от предполагаемой работы: статус, реализацию своих способностей и опыта, хорошие деньги или небольшие деньги и много свободного времени. Главное – понять, что все вышеперечисленное «в одном флаконе» не бывает. И уже в зависимости от вашей цели ищите именно ту сферу деятельности, которая может реально вам это дать. Если необходимо предварительное обучение, то не стоит стесняться идти на курсы. Вы будете удивлены, сколько женщин вашего возраста и даже старше сейчас меняют свои профессии и обучаются заново. Помните одно: жизнь – увлекательная игра, и поиски работы – одна из разновидностей этой игры.

«Букет интернешнл» находился в огромном помещении, как выяснилось, бывшей типографии. Мы подошли к высоченным металлическим дверям и остановились в недоумении. Но двери в этот момент плавно разъехались, и появилась грузная дама в съехавшей на одно ухо шляпке. Она прижимала к груди большую охапку сухоцветов, завернутую в красную бумагу. Не глядя на нас, женщина пошла по коридору, а мы двинулись в проем. Зайдя, остановились, невольно открыв рты. Мне показалось, что мы попали в шкатулку невероятно больших размеров, доверху наполненную всякими интересными штучками. На полках, которые занимали все стены до потолка, стояло множество ваз самых различных форм и цветов, лежали какие-то цветные коробки и коробочки, кованые подсвечники и прозрачные упаковки свечей, маленькие искусственные елочки, фарфоровые ангелы, сверкающие елочные украшения. Но основную массу составляли сухие цветы. Никогда я не видела такое количество засушенных веточек, листьев, каких-то крашенных метелочек, бутонов, шишечек. Они были навалены на полки охапками, стояли в букетах невероятных размеров, лежали на полу в открытых узких коробках. И пахло в этом помещении соответственно. Казалось, что мы попали на огромный сеновал. Пряный терпкий аромат заполнял легкие. И я неожиданно чихнула. Ириска тоже дышала быстро, ее глаза начали слезиться. Тут из-за стеллажа показалась девушка.

– Здравствуйте, – немного удивленно произнесла она. – А вы к кому?

– По поводу работы, – с трудом ответила Ириска и начала чихать. – Нас Злата прислала. Девушка улыбнулась, глянула на нас с явным сочувствием и предложила выйти в коридор.

Когда металлические двери закрылись и запах стал не таким сильным, мы вздохнули и начали расслабляться.

– У вас всегда так пахнет? – поинтересовалась Ириска.

– К сожалению, да, – ответила девушка. – Но к этому привыкаешь, если, конечно, нет аллергии. А вот когда привозят перед праздниками упаковки живых цветов, скажем, к 8-му Марта, тогда беда. Мы тут все на таблетках. Представляете, сотни коробок! И мы цветы из них перекладываем на длинные столы. Сортируем, поломанные экземпляры откладываем отдельно, часто тут же формируем цветочные композиции на продажу. Розы еще куда ни шло, у них тонкий аромат. Хризантемы практически не имеют запаха. Но вот, скажем, нарциссы или белые лилии. Это беда! К утру прямо падаем.

– А что, вы и ночью работаете? – удивилась я.

– Когда такое горячее время, как праздники, то да.

– Боюсь, мне это не подойдет, – сказала Ириска. – У меня всегда мигрень начинается от таких сильных запахов.

– Что ж, надумаете, звоните, – сказала девушка, улыбнулась нам и исчезла в проеме раскрывшихся дверей.

Мы спустились на пост. Злата сидела за столом с весьма деловым видом. Увидев нас, сразу заулыбалась.

– Ну как? – поинтересовалась она.

– Не подходит, – хмуро ответила Ириска. – Аж голова заболела!

– Н-да, про это я как-то не подумала, – сказала Злата. – А так работа несложная. Как мне объяснили, просто разбирать товар, составлять заказы и все.

– И это тоже называется менеджер? – усмехнулась я.

– Ага, – кивнула Злата. – Ну что, чай будете?

– Нет, – озабоченно проговорила Ириска. – Нам еще в одно место. Спасибо, дорогая, за заботу, но мы пошли.

– Позвоните, как и что, – сказала Злата, вставая.

– А как там твой Костик поживает? – поинтересовалась я уже у двери.

– Да, кстати, – поддержала меня Ириска.

Злата недавно познакомилась с мужчиной, он был инспектором оркестра, примерно ее лет и разведен. Но его пристрастие к алкоголю не нравилось ни нам, ни, естественно, Злате. Как-то мне даже пришлось по ее звонку ехать к ним и выручать Злату из сложной ситуации. Костя сильно напился и не выпускал ее из квартиры. Перед этим они даже подрались. И тогда она решила, что расстанется с ним. Но пока все еще они жили вместе.

– Да все так же, – нехотя ответила Злата. – Я пару дней у него обитаю, потом домой возвращаюсь. Так и живем. Гостевая семья, кажется, так это сейчас называется. Но пьет он по-прежнему много.

– Понятно, – хором сказали мы с Ириской, переглянулись и рассмеялись.

– Да не волнуйтесь вы, девочки, – сказала Злата. – Я уже взрослая и сама разберусь.

– Хорошо бы, – вздохнула Ириска. – Ладно, мы пошли.

Когда мы покинули территорию завода, Ириска озабоченно посмотрела на часы и заметила, что мы уже опаздываем. Но мне отчего-то расхотелось ехать на очередное собеседование. В глубине души я вообще не понимала, зачем езжу вместе с Ириской. На работу устраиваться меня совершенно не тянуло. Я потихоньку писала рассказы, гуляла, ездила на дачу, встречалась с подругами, и моя жизнь меня вполне устраивала. Тоска по Нику становилась не такой острой, как в первые дни его отсутствия. К тому же он мне не написал ни единого письма, и можно было предположить, что он меня уже забыл.

«А не отправиться ли мне прямо сейчас к Сергею? – неожиданно подумала я. – Ведь лучше навестить его среди белого дня, чем ехать под вечер. Это более прилично».

Мы в этот момент подошли к метро.

– Нам нужно в Свиблово, – озабоченно сообщила Ириска. – Отсюда это больше часа езды.

Мы находились на Шаболовке.

– Почему? – удивилась я. – Ведь это прямая ветка. За сорок минут доберешься.

– А ты? – опешила Ириска. – Раздумала, что ли?

– Знаешь, как оказалось, мне сегодня обязательно нужно появиться в издательстве, – на ходу придумала я. – Забыла тебе сказать. Так что ты поезжай одна, а потом мне все расскажешь. И если что-то стоящее, то я, возможно, потом присоединюсь.

– Да? – скептически спросила Ириска. – И это для издательства ты так вырядилась?

Она окинула взглядом мою фигуру в белых брюках и обтягивающей черной в мелкий белый горошек кофточке. Я ее недавно приобрела, и она мне очень нравилась, хотя вырез

был непозволительно глубоким, а черные кружева по его краю делали ее вызывающе-сексуальной своей похожестью на нижнее белье.

– А ты только сейчас заметила? – не совсем вежливо ответила я вопросом на вопрос.

– Нет, еще утром, – улыбнулась Ириска. – Но выглядишь ты офигительно, правда, кофточка уж очень развратная.

– Мне не идет? – всполошилась я. – Это выглядит вульгарно?

– Как ни странно, на тебе это выглядит возбуждающе и... забавно. Не поедешь, точно?

– Нет, – ответила я. – Пройдусь немного, потом в издательство.

Ириска чмокнула меня в щеку и пошла в вестибюль метро.

Студию я нашла быстро. Увидев обычный высотный сталинский дом, находившийся буквально в трех минутах ходьбы от метро «Кутузовская», я отчего-то замедлила шаг и засомневалась в правильности происходящего.

«Куда меня несет? – думала я, изучая двух голубей, важно ходивших по краю тротуара. – Я ведь его совсем не знаю. И зачем мне это нужно?»

Тут зазвонил мой сотовый. Это был Сергей.

– Олечка, а ты не заблудилась? – поинтересовался он. – А то со времени твоего звонка прошло уже порядочно. Ты сейчас где? Я тут изнываю от нетерпения.

– Возле твоего метро, только что вышла, – ответила я, начиная волноваться и испытывая желание немедленно повернуть назад.

– Да?! – необычайно обрадовался Сергей. – Милая, я выхожу тебе навстречу!

Я услышала в трубке короткие гудки и вздохнула.

– Чему быть, того не миновать, – тихо сказала я и медленно пошла к подъезду.

И тут же увидела, как дверь открывается и выскакивает раскрасневшийся Сергей, поправляя очки и оглядываясь по сторонам. Я махнула ему рукой, он ускорил шаг, подлетел ко мне и сразу начал целовать, не обращая внимания на двух женщин, которые перестали разговаривать, повернулись в нашу сторону и внимательно наблюдали. Я отодвинулась, поправила сползший с плеча край кофточки и посмотрела в лицо Сергея. Он жадно и не скрываясь изучал меня, его глаза блестели, губы улыбались.

– Прекрасно выглядишь, – заметил он. – Айда ко мне!

Все внутри у меня сжалось, но я, словно под воздействием гипноза, пошла рядом с ним к подъезду.

Сергей набрал код домофона, вошел, миновал лифт и начал спускаться по ступеням куда-то в подвал. Я сразу остановилась, с подозрением изучая ржавую толстую решетку и дверь за ней, обитую рваным коричневым дерматином.

«Я сошла с ума, – метались мысли. – А если это маньяк? Ведет меня в какой-то подвал. Сейчас там изнасилует и убьет».

Я сделала шаг назад. Сергей в этот момент открыл дверь и повернулся ко мне. Он ясно улыбнулся и сказал:

– Вот тут я и творю. И часто здесь же и живу, хотя квартира у меня на «Молодежной».

Его глаза смотрели мягко, улыбка была милой, лицо выглядело интеллигентным, и мои страхи мгновенно улетучились.

Я спустилась и зашла вслед за ним. Он сразу закрыл дверь на ключ и включил свет. Мы находились в подвале, полностью оборудованном и обжитом. Напротив двери я увидела большой старый шкаф, за которым торчала часть деревянной скамьи, на вид уличной. Слева была оборудована небольшая кухонька с электроплиткой, стоящей на деревянном некрашеном столе, рядом притулился маленький холодильник, за ним высился посудный шкаф. На столе на щербатом фаянсовом блюде валялись какие-то помятые тюбики с красками, рядом лежали изношенные кисти и какая-то узкоугольная лопаточка на заляпанной краской черной ручке. Я машинально взяла эту лопаточку и потрогала край. Он был не очень острым.

– Это называется мастихин, – пояснил Сергей, не сводя с меня глаз. – Для работы с масляными красками, чтобы выравнивать слой, снимать лишнее. Ты очень аппетитная женщина, – не к месту добавил он и взял мастихин из моих дрогнувших пальцев.

– А там что? – поинтересовалась я, повернув голову направо.

Сергей, не отвечая, пошел в глубь коридора. Я медленно отправилась следом, оглядывая стены в пятнах сырости и толстые трубы, проходившие под потолком. Мне хотелось уйти, я чувствовала себя все более напряженно. Но тут мы очутились в большом квадратном помещении. Посередине стоял длинный стол, полностью заваленный какими-то листами, карандашами, красками, кисточками и прочими принадлежностями художника. Он дополнительно освещался настольной лампой на регулирующейся ножке. Я заметила, что у стен стоит множество холстов. Некоторые были в рамах. Все картины были отвернуты. В одном углу громоздились несколько мольбертов.

– А там туалет, – зачем-то сообщил Сергей и показал на узкую дверь в глубине помещения. – Там чисто, не беспокойся.

У меня отчего-то вся кровь прилила к щекам, и я смутилась. Я подошла к столу и стала рассматривать большой прямоугольник картона, на котором акварелью был изображен типичный русский пейзаж.

– Это, помнишь, я говорил, – будничным тоном сообщил Сергей, – взял халтуру. Вот, накидал несколько фонов. Нравится? – довольно равнодушно поинтересовался он.

– Красиво, – осторожно ответила я.

Терпеть не могу высказываться о чем-то, в чем не разбираюсь. А в живописи я была полным профаном.

– Это, так сказать, мой кабинет, а теперь, мадам, попрошу пройти в мою спальню, – игриво предложил Сергей.

Я глянула на него испуганно, но он улыбался все шире. Завернув за угол, он отодвинул тяжелые бархатные портьеры темно-фиолетового цвета и пропустил меня. Передо мной оказалась полутемная комната. Посередине находилась большая закругленная кровать, застеленная цветастым, дизайнерским, как сейчас модно говорить, покрывалом. Это было лоскутное покрывало, сшитое явно вручную из ярких шелковых кусочков ткани самых разных цветов. Основным мотивом сего произведения было оранжевое солнце. Его лучи разлетались в разные стороны и ложились на невероятное количество самых разнообразных цветов и листьев. Это было необычно и очень красиво.

– Нравится? – поинтересовался Сергей, садясь на покрывало и поглаживая его пальцами. – Это моя бабуля своими руками сотворила. Она у меня известная мастерица была. Такие вещи простой иглой делала, что куда там современным рукодельницам!

– Бесподобно! – с чувством произнесла я и остановилась возле кровати, ощущая все нарастающую неловкость.

– Может, хочешь руки помыть? – спросил Сергей с невинным видом.

– Да, – кратко ответила я и направилась к выходу из спальни.

Но Сергей тут же остановил меня и показал на второй выход, который я сразу и не заметила. Он тоже был задрапирован портьерами.

Там оказалась небольшая умывальня, если можно так выразиться. Квадратное и старинное на вид зеркало в вычурной кованой раме, розовая раковина, стеклянная полка со множеством флаконов духов, лосьонов, с разнокалиберными баночками кремов, несколько махровых полотенец. Я умылась, расчесала волосы и попыталась охладить водой горевшие щеки. Но они от этого только ярче покраснелись. Возле раковины была еще одна дверь, из некрашеного дерева. Я робко заглянула туда и не смогла сдержать смешка. Это была самая настоящая сауна, полностью обитая узкими деревянными планками.

«Вот вам и бедный художник! – подумала я. – Представляю, сколько он вложил денег, чтобы так оборудовать и обустроить этот огромный подвал».

Когда я вернулась в спальню, Сергей все так же сидел на кровати.

– Иди ко мне, – ласково позвал он.

Я села рядом на покрывало. Кровать мягко спружинила подо мной и еле слышно закрипела. Я огляделась. Возле одной стены находился вполне современный на вид высокий и плоский шкаф. За его стеклянными дверцами я увидела множество книг и дисков. Напротив кровати возвышался стол. Я улыбнулась, так как только что заметила открытый ноутбук. Левее стояла какая-то аппаратура. Над ней висела плазменная панель. Все стены были увешаны картинами. Я заметила в уголках подпись «Русаков» и поняла, что все это работы Сергея.

– Что-нибудь нравится? – спросил он, наблюдая за мной.

– Вон та, – ответила я, показывая на довольно большое полотно, висевшее посередине стены.

Сюжет был на первый взгляд странным и непонятным. В центре словно парил человек. На вид он был современным мужчиной средних лет. Его лицо чем-то неуловимо походило на лицо Сергея, и он даже одет был в деловой костюм. Но за его спиной раскрылись огромные птичьи крылья. А снизу со всех сторон к нему тянулись руки с раскрытыми пальцами.

– Моя любимая, – заметил Сергей. – Мне давно ее предлагают продать, но все никак не могу расстаться. На прошлой неделе один товарищ из Гонконга предлагал не одну тысячу долларов.

– О чем она? – поинтересовалась я после затянувшейся паузы.

– То-то и оно, что каждый видит то, что хочет, – охотно ответил Сергей. – Я подписал: «К Нему». Пытался отобразить сущность творца и его путь. Но со временем этот смысл как-то размылся. Картина оказалась значительнее меня. Так, кстати, часто бывает с хорошими произведениями искусства. Представляешь парадокс, когда произведение оказывается значительнее, чем его автор?

Я искоса глянула на Сергея. Но он был серьезен и говорил вполне искренно. И вдруг обхватил меня и опрокинул на спину. Я почувствовала его горячие сухие губы и попыталась отстраниться. Но Сергей навалился на меня. Его пальцы гладили мои волосы, губы целовали лицо. Я закрыла глаза.

Современные фильмы буквально напичканы сценами быстрого спонтанного секса. И это понятно, ведь в кинематографе главное – действие, зрелищность. На нас, зрителей, такой накал страстей действует вполне определенно: возникает желание попробовать, хочется такой же необузданности и неприкрытой страсти. Но, поддавшись этому искушению, мы неожиданно обнаруживаем, что в действительности все не так хорошо, как на экране.

А дело в физиологии. Женское тело требует разогрева, а на это нужно хоть какое-то время. Иначе, почувствовав определенный дискомфорт, женщина откажется продолжать так хорошо начавшуюся встречу. Поэтому спонтанный секс почти всегда может порадовать мужчину и только иногда – женщину. Так мы получаем первое правило качественного спонтанного секса: женщина должна быть к нему готова, то есть хорошо возбуждена.

Но разве не бывает так, что женщина заводится от одного взгляда на мужчину? Конечно, когда видит очень желанного партнера, скажем признанного секс-символа или возлюбленного, роман с которым начался не так давно, или она встречается с любимым после длительной разлуки и

поэтому хочет его «прямо сейчас». Вот и второе правило: партнер должен вызывать острое и сильное желание.

Как внешние факторы, например риск быть обнаруженными, так и внутренние, потому что гормоны выделяются в сумасшедших дозах, не позволяют приятному процессу затянуться. Даже пять минут – это успешный результат. Но женщине для достижения оргазма требуется в среднем минут десять, поэтому ее окончательное удовлетворение отнюдь не гарантировано. Так что хотя бы на секунду задумайтесь, что вы чувствуете, прежде чем поддаться мужчине. Если нет настоящей бури страстей и вы не готовы взорваться, может быть, есть смысл остановиться?

Очевидно, что самый быстрый из всех вариантов спонтанного секса – оральный. И его любят практиковать мужчины. Им это очень удобно: почти не нужно раздеваться, а о готовности женщины можно вообще не думать! Но и женщине иной раз вполне достаточно доставить удовольствие своему мужчине. Представить же его активной стороной при таком виде секса не просто, но, в принципе, возможно.

А вот тем, кто видел в порнофильмах страстный анальный секс, произошедший спонтанно, не стоит брать пример с героев. Актеры тщательно готовятся к таким сценам, а вы рискуете получить серьезную травму. Поэтому лучше обойтись без экстрима. И отсюда правило третье: избегаем по возможности экстремальных ситуаций, которые могут угрожать здоровью или даже жизни.

Следует сказать, что спонтанный секс хорош как экзотика, как встряска ваших эмоций, то есть в одном-двух случаях из десяти.

В записную книжку

Если ваш партнер стойко отдает предпочтение спонтанному сексу при том, что ваши отношения длятся больше двух недель, вам необходимо задуматься. Ведь довольно сложно объяснить взрослому мужчине, что такие действия характеризуют его не как хорошего любовника, а совсем наоборот. И возможно, этот мужчина совершенно вам не подходит.

Я расслабилась, с удовольствием ощущая поцелуи и трепетные движения пальцев. Но в какой-то момент перед моим внутренним взором появилось нежное лицо Ника, его грустные глаза. Я резко оттолкнула Сергея, поправила сбившуюся кофточку и застегнула ширинку своих брюк, которую он уже начал расстегивать.

– Ты чего? – удивленно спросил он и тоже сел.

Потом нащупал очки и водрузил их себе на нос, пристально на меня глядя.

– Ничего, – сухо ответила я и встала.

– Мы же не маленькие дети, – произнес он стандартную фразу. – Разве я тебе не нравлюсь? Разве ты меня не хочешь?

– Вначале спрашивать нужно, а потом бросаться.

Я наклонилась и начала натягивать спавшие туфли. Сергей неожиданно грохнулся на колени и стал целовать кончик туфли, которую я успела надеть. Оторвавшись, он поднял глаза и медленно проговорил:

– Пора, пора мне быть умней! Но узнаю по всем приметам болезнь любви в душе моей...

– Возможно, – сказала я, удивляясь в душе своей холодности.

– Но кто вы, милое дитя? – громко спросил Сергей и встал с колен.

Он сел за стол и внимательно на меня смотрел.

– Человек, – улыбнулась я.

– А более конкретно и, если возможно, в двух–трех словах, – предложил Сергей и улыбнулся в ответ.

– Лазорева Ольга Николаевна, – сказала я после паузы. – Устраивает?

– Вполне, – засмеялся Сергей. – Но таких женщин я и не встречал. Ты сопротивляешься, ты сразу не даешь, а это разжигает. И что это? Умелое кокетство или простодушная чистота? Как узнать правду бедному художнику? А у меня появилась мысль! – обрадованно заявил он и включил ноутбук. – Иногда это дает неожиданные результаты.

Я с любопытством, не понимая, смотрела, что он собирается делать. Но когда до меня дошло, было уже поздно. Сергей набрал в поисковике мою фамилию и имя и, естественно, получил ответ. Увидев названия книг, вышедших под моей фамилией, он присвистнул и в изумлении на меня уставился.

– И что это такое, позвольте вас спросить, сударыня? – после паузы, во время которой внимательно изучал мое лицо, тихо поинтересовался он. – «Мемуары русской гейши», «Я – порнозвезда», «Секс по телефону». И все это написала Ольга Лазорева. Это простое совпадение имени и фамилии? Или как?

– Сейчас объясню, – сказала я и отчего-то залилась краской.

Вся эта история меня порядком нервировала.

– «Самая горячая литературная сенсация! Самый громкий литературный скандал! Подлинная история популярной порнозвезды, рассказанная ею самой!.. Самые скандальные откровения, самые «клубничные» подробности, весь мир отечественного порнобизнеса – в

новой сенсационной книге О. Лазоревой», – четко прочитал Сергей с монитора. – Что это, Оленька? – с неподдельным ужасом спросил он, вновь повернувшись ко мне

– Понимаешь, случилось так, что в один прекрасный день ко мне совершенно случайно попали диски с записями самой настоящей порнозвезды, – начала я объяснять, чувствуя в душе усталость и желание немедленно уйти.

Я только могла себе представить удивление Сергея. Автор таких разнузданных, судя по названию, книг сидит у него на кровати и корчит из себя скромницу-разумницу.

– У меня есть хороший друг Саша. Он работает в одном из издательств главным редактором, – продолжила я после паузы. – Я обратилась к нему. И он настоял на том, чтобы все это опубликовать.

– И ты еще жива? – рассмеялся Сергей. – Да настоящий автор давно должен был тебя в клочья порвать. Конечно, если все это правда, а не грамотно придуманный пиар-ход, – пробормотал он и вновь на меня уставился. – Но ведь ты ни за что правду не скажешь.

– Отстаньте все от меня! – зло бросила я и встала.

– Ну ты и штучка оказалась! – добавил Сергей. – А на вид вполне приличная женщина.

– Думай, что хочешь, – ответила я и направилась к выходу. – Мне все равно.

Когда я оказалась на улице, то почувствовала странное облегчение, что все закончилось, так и не начавшись. События развивались совсем не так, как мне хотелось. Сергей понравился мне, но то, что он вот так без затей набросился на меня, вызвало чувство странной брезгливости, прежде всего по отношению к себе самой. Я-то ожидала постепенного развития отношений, длительную цветочно-конфетную фазу, возможность получше узнать друг друга. Но ему это, по всей видимости, нужно не было. Он, судя по его поведению, видел во мне лишь доступного сексуального партнера, возможно, одноразового.

«Вот же козел! – с возмущением думала я, быстро идя к метро. – А еще Пушкина цитировал, на колени падал».

Но когда я уже подошла к вестибюлю и хотела спускаться, кто-то крепко схватил меня за руку. Я резко обернулась. Это был Сергей. Он сильно запыхался, видимо, бежал всю дорогу.

– Как хорошо, что я успел! – заговорил он прерывающимся голосом. – Так сердце жгло, когда я понял, что ты уходишь и, возможно, навсегда. Да плевать я хотел на то, что ты что-то там напечатала или даже написала. Ты мне нравишься, и только это имеет значение.

– А нравишься ли ты мне, значения не имеет? – усмехнулась я и вырвала руку.

– А разве это не так? – спросил он с обиженным видом.

– Пока! – сказала я, не ответив на его вопрос. – Я уехала.

И быстро зашла в вестибюль метро.

– Можно позвонить? – услышала вслед.

Но даже не обернулась.

И уже сидя в вагоне, вдруг почувствовала, как непрошенные слезы застилают глаза. Мне казалось, что я в чем-то испачкалась. И приехав домой, первым делом забралась в ванную и долго стояла под струями очень горячей воды.

Ириска позвонила, как всегда, непростительно рано. И сразу начала в восторженных выражениях рассказывать мне о собеседовании и фирме.

– Ты не представляешь, какие важные дамы там работают! А как все выглядят! Я просто ошалела, когда увидела, – тараторила она. – Это вам не доморощенное турагентство! И я сразу заключила контракт. И ты сегодня едешь со мной. Там специальный семинар проходит для новичков, два раза в неделю. И заметь, совершенно бесплатно!

– Ты меня просто оглушила, – пробормотала я. – Ты хоть знаешь, который час?

– Знаю, – удивленно ответила Ириска. – 7.30. Я Левку только на работу отправила. Он, кстати, крайне раздражен из-за того, что я ищу работу. Не хочет, видишь ли! Ишь, домра-

ботницу себе завел когда-то много лет назад и сейчас боится, что в доме все пойдет вверх дном. А я – женщина! – сделала странный вывод Ириска и хихикнула. – Короче, Оля, тебе тоже нужно там работать. Фирма солидная, между прочим, израильская, продукт на основе какой-то хрени из Мертвого моря, я толком не поняла пока. И мы будем менеджерами медицинского сервиса.

– О господи, – вздохнула я и накрылась одеялом с головой.

– В общем, жду тебя в десять у себя в метро у первого вагона, – не унималась Ириска. – И оденься поприличнее.

Она, не дожидаясь ответа, положила трубку. Я попыталась вновь уснуть, но это, конечно, не получилось. Лежа на спине, я вспоминала вчерашнюю встречу с Сергеем и чувствовала все возрастающую обиду.

«За шлюху он меня, что ли, принимает? – думала я. – Сразу набросился. Не нужно было эту откровенную кофточку надевать! Хотя при чем тут кофточка? Еще и эти книги! Сейчас-то он наверняка уверен, что я просто цену себе набивала. А ну его! Не хочу больше об этом думать!»

И мысли тотчас унеслись к Нику. Контраст был резким. Я вспомнила его юное лицо, нежные оливковые глаза, ощутила ласковое прикосновение мягких губ, услышала, как он говорит, что любит, как называет меня «мой малыш», «мой любимый котенок», и невольно начала улыбаться.

«Все-таки молодые ребята еще сохранили романтическое мироощущение, – думала я, – не то, что эти пожившие ловеласы, которые по определению уже не могут быть романтиками, потому что становятся циниками. Но ведь Сергей творческая натура и должен быть совсем другим. Странно все это».

Зазвонил телефон.

– Ну, Ириска, погоди! – пробормотала я. – Опять что-то забыла сообщить суперважное!

– И что тебе еще надо? – строго спросила я, не посмотрев на определитель.

– «Я пришел к тебе с приветом, рассказать, что солнце встало, что оно горячим светом на листе затрепетало», – услышала я голос Сергея и замерла. – Доброе утро, милая, – поздоровался он каким-то странным голосом.

– Привет, – хмуро ответила я и замолчала, ожидая продолжения.

Я-то думала, что он больше не позвонит.

– Я всю ночь не сплю, – весело сообщил он и вдруг громко икнул. – Весь в мыслях о тебе, о нашей встрече. Слушай, Оль, – более серьезно начал он, – я тут в Инете глянул на оформление твоих книг. И кто обложки делал?

– Художник, – глупо ответила я.

– Мемуары как оформлены, мне не понравилось. Картинка явно скачана из Сети, и ее плохо отфотошопили. У твоей гейши почему-то голубое лицо.

– Ты за этим позвонил в такую рань? – разозлилась я.

– Не только! Но я, как человек не самый последний в живописи, не мог остаться равнодушным....

– Мне нравится, как оформлены книги, понятно? Тема закрыта! – строго сказала я и положила трубку.

Потом встала и отправилась в душ. Когда вышла, услышала, что телефон звонит, не умолкая.

«Нет, все это начинает выводить из себя!» – окончательно разозлилась я и ответила.

Это был, конечно, Сергей.

– Оленька, – торопливо заговорил он, – не нужно бросать трубку! Прости меня, дорогая!

И Сергей, к моему изумлению, тонко заплакал. Вот этого я никак не ожидала.

– Никто меня не любит, всем я противен, – приговаривал он сквозь всхлипывания. – Жена бросила, девушки не любят. Как картины выпрашивать в подарок, все тут как тут, а как просто понять художника, никого! Моцарт! – вдруг громко выкрикнул он. – Моцарт писал без черновиков! Представляешь, какой гений?!

«При чем тут Моцарт? – удивилась я. – Да он, кажется, пьян в стельку!»

– «Я памятник себе воздвиг нерукотворный! – закричал Сергей. – К нему не зарастет народная тропа, Вознёсся выше он главою непокорной Александрийского...»

Не дослушав, я положила трубку. Телефон тут же зазвонил вновь, но я не ответила. А потом вообще отключила, потому что Сергей звонил без перерыва.

Алкогольная депрессия врачами-наркологами условно подразделяется на два типа.

Первый тип – это когда на следующий день после чрезмерного употребления алкоголя возникает немотивированное чувство вины. Оно вызывает подавленное настроение. Человек начинает копаться в себе, мысленно ругает себя, ему кажется, что хуже его нет никого на свете. Затем он начинает жалеть себя, всячески оправдывать, обвинять окружающих в своих бедах. Эта депрессия может быстро пройти даже без специального лечения.

Второй тип депрессии намного сложнее и требует особого внимания. Может развиваться, когда человек решил надолго отказаться от спиртного после длительного периода злоупотребления алкоголем. Это так называемая матовая депрессия. Внешне человек выглядит вполне здоровым, он работает, выполняет обязанности в семье, находится в удовлетворительной физической форме. Родственники не замечают, что происходит что-то неладное, потому что, как правило, верят, что человек наконец-то избавился от алкогольной зависимости и все сейчас будет хорошо. Измученные пьянками своего близкого, все счастливы, что человек выздоровел. К тому же на их осторожные вопросы типа «не хочешь ли ты чуточку выпить?» он, как правило, отшучивается или отвечает резким отказом. Но проблема в том, что сам человек больше не испытывает удовольствия от жизни. Ему все кажется однообразным, пресным, скучным, он живет по инерции. И просто притворяется, что у него все замечательно, чтобы родственники не приставали со своей заботой. Но все чаще у него возникает желание хоть как-то изменить эту надоевшую преснятину, вернуть острые ощущения. И если проглядеть этот момент и вовремя не оказать квалифицированную помощь, то он вскоре обязательно найдет повод вернуться к алкоголю, чтобы хоть на короткое время раскрасить свои эмоции и попасть в привычный мир, где, как ему кажется, на душе становится спокойно, жизненные проблемы уходят на задний план, а сам человек представляет себя яркой незаурядной личностью.

Но это замкнутый круг. Начав снова пить, человек употребляет все большие дозы, чтобы добиться такого эффекта. Однако это мимолетное состояние заканчивается и сменяется еще более глубокой депрессией, когда алкоголь уже не способен вызвать хоть какой-то проблеск хорошего настроения. И зачастую такие люди начинают искать более сильные стимуляторы и часто переходят к употреблению наркотиков.

Когда я доехала до станции «Нахимовский проспект», Ириска уже стояла у первого вагона. Она, увидев меня, радостно заулыбалась и вошла в вагон, тут же оглядывая места. Но свободных не было. Мы встали в уголок. Ириска окинула меня критичным взглядом. Я

оделась нейтрально – бежевые брюки и шелковая блузка цвета горького шоколада. Ириска вырядилась в дорогуший костюм, который она как-то в порыве расточительности приобрела в Доме моды Славы Зайцева. И даже серьги с крохотными, но настоящими бриллиантками нацепила. Они ярко искрились, Ириска постоянно улыбалась, ее глаза возбужденно блестели.

– У нас сегодня была та-а-акая ночь! – зашептала она, наклонившись ко мне. – Ты даже представить себе не можешь! Левка прямо лев! И я сейчас с трудом стою, так все болит.

– Поздравляю, – улыбнулась я.

– И тебе давно пора устроить свою личную жизнь и, возможно, даже выйти замуж. А то смотреть жаль, что пропадает такая женщина!

– С чего ты взяла? – усмеялась я. – У меня все в порядке!

– Ну хочешь, Зойка позвонит родителям твоего Никиты и выяснит, где он и что происходит? – неожиданно предложила Ириска.

Зойка – это ее тринадцатилетняя дочка, которая находилась с моим Ником в приятельских отношениях. Они общались, когда встречались на даче. Бабушка Ника жила по соседству.

– Спасибо, Ириска, – после паузы сказала я. – Но это ни к чему. Ник в армии.

– Понимаешь, – неуверенно начала она и глянула на меня с непонятной жалостью. – Зойка что-то говорила, что он вроде «откосил» и сейчас живет где-то у родственников в Мещерском крае, кажется. Он тебе так и не написал?

Я отрицательно покачала головой. Сердце заныло, я с трудом сдержала слезы. Эта новость буквально ошарашила. Я-то думала, что он давно служит под Архангельском в ракетных войсках, как он мне сам сказал. И вдруг выясняется, что он просто скрывается, причем здесь, неподалеку.

– Но Мещерский край, насколько я знаю, довольно обширный, – задумчиво проговорила я. – Он захватывает часть Рязанской области и, кажется, Владимирской.

– И Московской, – подтвердила Ириска. – Да ты не расстраивайся! Давай Зойка позвонит и спросит.

– Да разве родственники скажут постороннему человеку, где скрывается от армии их ненаглядный сынок? – усмеялась я.

– Это так, – согласилась Ириска. – Ей бабка на даче проболталась. Слушай, я сама, когда поеду туда, у нее спрошу, будто невзначай. Никитка все-таки наш сосед. Заведу разговор и выпрошу. А бабка у них болтливая, без общения жить не может. А потом все тебе расскажу. Идет?

– Хорошо, – с сомнением ответила я.

«Если он так рядом все это время и ни разу не попытался со мной связаться, – думала я, глядя на оживленное хорошенькое лицо Ириски, – то просто не хочет. Что ему стоило позвонить мне или написать? А ведь я была уверена, что он по-настоящему любит меня».

Мое настроение окончательно испортилось.

Но когда мы приехали на место, я постаралась взять себя в руки и выбросить все эти мысли из головы. Здание, в котором располагался офис фирмы, находилось рядом с метро. Ириска зачем-то приобрела небольшой фруктовый торт.

– У кого-то день рождения? – удивилась я.

– Нет, просто чай попьем, – улыбнулась она. – Сама увидишь, что там обстановка домашняя. В прошлый раз одна из менеджеров нас вкуснейшим печеньем угощала, причем собственного приготовления. Да, кстати, – сказала Ириска и резко остановилась, – совсем забыла. Нужно нам с тобой договор подписать.

– Зачем это? – удивилась я.

– Ну, так положено, – озабоченно произнесла Ириска. – Я подписала и стала консультантом. И должна привлекать новых консультантов и зарабатывать очки. Когда очков будет

какое-то нужное количество, плохо помню какое, но это все у меня записано, тогда я перейду в категорию менеджер. А потом с набором новых очков стану директором.

– Всей компании? – усмехнулась я.

– Что ты! – развеселилась она. – Это условное обозначение. Схема продвижения в компании такова: консультант, менеджер, директор. А потом, насколько я помню, идет серебряный директор, золотой и платиновый. И все это увеличивает процент скидок на товар, то есть напрямую связано с твоей прибылью.

– Бог мой, – пробормотала я. – Да ведь это схема сетевого маркетинга.

– А я тебе разве не сказала? – нахмурилась Ириска. – Это и есть сетевая компания. На Западе это очень распространено. А у нас к такому виду бизнеса крайне негативное отношение. Просто все думают, что это пирамида.

– А что, это разве не пирамида? – удивилась я.

– Абсолютно нет! – с возмущением ответила она. – Это совершенно разные схемы.

– Ну-ну, – пробормотала я. – И дорого договор стоит?

– Сущие копейки, – рассмеялась Ириска. – Всего три доллара, рублями, конечно. Зато ты приобретаешь возможность построить собственный бизнес, – с воодушевлением добавила она.

Я искоса глянула на ее раскрасневшееся лицо и даже шаг замедлила.

– Но ведь это что-то весьма сомнительное, – сказала я.

– Откуда ты взяла? – расхохоталась Ириска. – Сейчас все на месте увидишь.

Мы в этот момент подошли к серому многоэтажному зданию, на вид бывшему обкому или какому-нибудь НИИ. На входе сидела бабушка-вахтер и с суровым видом спрашивала у всех пропуска. Ириска предъявила ей какую-то ламинированную карточку и сказала, что идет в 120-й офис и я с ней. Вахтерша кивнула, и мы прошли. Поднявшись на второй этаж, оказались в обычном для таких зданий длинном коридоре с множеством дверей.

– Если кто спросит, – проговорила Ириска с заговорщицким видом, хотя в коридоре не было ни души, – мы идем в женский клуб. Как мне вчера объяснили, трудности с оформлением аренды.

– Не нравится мне все это, – ответила я.

– Не бойся, Оля, все чисто. Это же не основной офис компании. Он-то, кстати, находится вообще в Израиле. Это помещение, которое снимают для проведения собеседований, встреч консультантов с менеджерами и директорами. Я думаю, что у каждого директора, а как ты понимаешь, это глава собственного коллектива, который, в свою очередь, является ячейкой огромной компании, имеется такой мини-офис.

Ириска решительно двинулась к одной из дверей и, не постучав, зашла. Я робко последовала за ней. Мы оказались в небольшой комнате типа прихожей. Дверь в следующее помещение была раскрыта, я заметила край стола, мягкие стулья и телевизор в углу высоко на стене. Как только мы вошли, показалась стройная молодая женщина в элегантном светлосером костюме и с приветливым выражением лица.

– А, Ирочка! Добрый день, – радостно сказала она и расплылась в улыбке, словно увидела горячо обожаемую родственницу-миллионершу. – Вы даже пораньше сегодня. Но я уже освободилась. Только что ушли консультанты первого звена.

– Добрый день, Людмила. Время немного не рассчитала, – ответила Ириска и заулыбалась. – Получилось раньше. Я торт к чаю принесла.

– Отлично! Вы нас представите?

– Ах да, – спохватилась Ириска, – это моя лучшая подруга Ольга. А это мой директор Людмила Тимуровна.

– Очень приятно! Можно просто Люда, – заулыбалась она и протянула мне руку, что меня немного удивило.

– Здравствуйте, – вежливо ответила я и легко пожала узкую прохладную ладонь.

Мы прошли в комнату и уселись за стол. Людмила торопливо убрала в папку какие-то бумаги. Потом благожелательно на меня посмотрела.

– Вы прекрасно выглядите, Ольга, – сказала она. – А первое правило нашей работы – это иметь дело только с приятными, добрыми, милыми людьми.

– Значит, фейс-контроль я прошла? – пошутила я.

– Можно сказать и так, – улынулась Людмила. – Значит, вы решили присоединиться к нашей замечательной компании?

– Пока хочу понять суть дела, – уклончиво ответила я и глянула на зарумянившуюся Ириску.

– И это правильно, – поддержала меня Людмила. – Сейчас соберутся консультанты, и хотя это не совсем по правилам, но вы можете присутствовать. Ведь вы ближайшая подруга Ирины, а она здесь находится на вполне законном основании. А сейчас, прошу прощения, я вас оставлю на пару минут.

Людмила встала и, взяв папку со стола, вышла из комнаты. Я перевела дух и огляделась. Комната выглядела строго, но уютно. Посередине находилось два стола, сдвинутых в виде буквы «Т». На стене висел красочный рекламный плакат компании. Высокий стеллаж занимали аккуратно расставленные цветные папки. Окно закрывали белые жалюзи, за которыми находились цветы в горшках. Пол застилал коричневый ковролин. Я заметила еще одну дверь.

– А там что? – поинтересовалась я, кивнув на нее.

– Это типа для занятий, а там для отдыха, – ответила Ириска.

Я встала и заглянула туда. Комната выглядела еще уютней. Круглый стол, мягкая мебель, небольшой шкаф с посудой, темно-малиновые портьеры на окне, ниспадающие мягкими тяжелыми складками, серый с малиновыми разводами ковролин создавали атмосферу покоя.

– Да здесь жить можно, – удивилась я.

– Как мне объяснили, здесь отмечают дни рождения, события, связанные с работой фирмы, – сказала Ириска. – Но не думай, что все мероприятия проходят лишь в этом крохотном офисе. Раз в месяц, как мне сообщила Людмила, вся туса собирается в кинотеатре, кажется, на «Домодедовской». Вот там-то и проходят всякие награждения, вручения премий, презентация новых товаров и тому подобное.

– Солидно, – заметила я.

– Подпишешь договор? – поинтересовалась Ириска.

Я вернулась в комнату для занятий и уселась за стол.

– Не знаю, – задумчиво проговорила я. – Мне-то это зачем?

– Глупая! – возмутилась Ириска. – У них офигительная косметика, препараты всевозможные для здоровья, БАДы. И все на основе какого-то супер-пупер вещества, добываемого в Мертвом море. Они известны во всем мире. И заметь, это не продается ни в аптеках, ни в магазинах, ни тем более в этих сомнительных «Лавках жизни», которых по всей Москве полно. И мы, сотрудники фирмы, можем все это покупать непосредственно на складе с большими скидками.

– Так ты говорила, еще учиться надо, – заметила я.

– Так два месяца всего и, заметь, бесплатно. У тебя же полно свободного времени.

– Но если это нигде нельзя купить, то как это попадает на рынок? Только через вас? – поинтересовалась я.

– Конечно! – заулыбалась Ириска. – И мы сразу получаем проценты.

– И как это продавать? – не унималась я. – Ходить по улице и всем подряд предлагать? Ириска вздохнула и посмотрела на меня немного беспомощно.

– Знаешь, Оля, в этом-то для меня и главная трудность, потому что консультант должен сам находить клиентов, – после паузы призналась она. – Но, как мне сказала Людмила, на курсах нам все объяснят, всю технику работы с людьми. К тому же три медицинских центра Москвы работают с этими препаратами. И мы можем сами пользоваться услугами врачей этих центров и тоже со скидками.

– Я подумаю, Ириска, – сказала я, чтобы ее успокоить.

Хотя для себя решила, что мне связываться с подобным бизнесом нет никакого смысла.

Скоро появилась Людмила. А потом и консультанты. Это были женщины интеллигентного вида, ухоженные, хорошо одетые и примерно моих лет. Они улыбались мне, знакомились, говорили ничего не значащие, но приятные вещи. Занятие прошло довольно интересно. Консультанты все записывали, что сообщала им Людмила. Она рассказала о новых духах, которые не только имели приятный запах, но и якобы обладали уникальными лечебными свойствами. Это было ноу-хау компании, так как в состав духов вошло то самое удивительное вещество, добываемое из Мертвого моря. И вдыхая аромат, человек впитывал его в слизистую оболочку. Но когда Людмила озвучила предполагаемую цену для потребителя, у меня глаза на лоб полезли. Духи стоили раза в два дороже, чем, скажем, французские какой-нибудь раскрученной фирмы типа «Кристиан Диор» родного производства.

«А чему я удивляюсь? – подумала я, изучая матовое ухоженное лицо Людмилы, практически без морщин, хотя ей было явно около сорока. – В эту цену заложены не только производство и доставка на склад, но и все те проценты, которые должны получить консультанты, менеджеры и директора. И при этом Людмила несколько раз повторила, что высокая цена продукта – это прежде всего залог отличного качества. Но если посчитать, то его себестоимость будет равняться каким-нибудь отечественным духам типа «Серебристый ландыш».

Сетевой маркетинг впервые пришел к нам в 1989 году, сразу после принятия «Закона о кооперации». В Новосибирске появились первые дистрибьюторы компании «Herbalife» и почти мгновенно распространили продукцию по всей стране. Но в то время гражданам показались заманчивыми не возможности многоуровневого маркетинга, а статус сотрудника иностранной компании. К тому же работа выглядела несложной. Нужно было носить фирменный значок, самим употреблять предлагаемый продукт и рассказывать об этом каждому встречному. Желающих нашлось предостаточно.

Но так же быстро в нашей стране распространилось и негативное мнение о сетевом маркетинге. Если в США и других западных странах этот вид бизнеса уже давно вошел в практику повседневной жизни, а все крупные университеты имели кафедры сетевого маркетинга и развитую систему обучения дистрибьюторов, плюс законы против финансовых пирамид, то в России эта форма труда была совершенно неизвестна. И в него ринулись в погоне за быстрыми и большими заработками тысячи неподготовленных людей. Вступая в серьезное и совершенно непонятное дело без всякого обучения, десятки тысяч россиян очень быстро терпели неминуемый крах и покидали сетевой бизнес, обвиняя в своей неудаче не себя, а новый бизнес и рассказывая всем о его якобы фальшивой сути. К тому же в 90-е годы в России стали бурно развиваться всевозможные финансовые пирамиды, чья структура весьма напоминает сетевой маркетинг. Но если в сетевых компаниях люди получали деньги за реальные продажи конкретных товаров, то в пирамидах – за вербовку людей и «торговлю воздухом». Но общественное мнение не вникало в такие «тонкости».

Когда в России появились первые сетевые компании, они принесли с собой «калифорнийский» стиль работы – чрезмерно эмоциональный, наполненный почти фанатичной верой в продукцию и лидеров. Одних это притягивало, других – отталкивало. Новые компании стали использовать более рациональные подходы. Но фанатичная вера без рациональной аргументации быстро утомляла людей, а сухой рациональный стиль – не вдохновлял. В России задача совмещения этих двух подходов к сетевому маркетингу оказалась более трудной, чем на Западе, из-за особенностей национального менталитета. С одной стороны, россияне находят понимание в своих зачастую бурных проявлениях эмоций, ведь основными принципами этого бизнеса являются доверие и эмоциональный контакт между людьми. С другой стороны, чрезмерная восторженность, излишняя эмоциональность, психологическое давление и манипуляции вызывают вполне оправданное подозрение и недоверие. И находить разумное сочетание эмоциональности и рациональности не просто, именно этого не хватает многим дистрибьюторам самых разных компаний. Но именно по вышеизложенным причинам в таких компаниях, как правило, очень успешно работают женщины, которые всегда были и будут намного эмоциональнее мужчин.

Несмотря на все препоны, сетевой маркетинг выжил в нашей стране и продолжает успешно развиваться. Всем известны такие компании, как «Zepter», «Magi Kay», «Neways», «Oriflame», «Faberlic». И все они работают по этому принципу.

Когда мы вышли из здания и направились к метро, зазвонил мой сотовый. Я достала его из сумочки и глянула на дисплей. Это был Сергей. Я сбросила звонок. Но он набрал снова. Тогда я отключила телефон.

– И кто это так тебя домогается? – поинтересовалась Ириска, лукаво на меня глядя.

– Так, номером ошиблись, – стараясь казаться равнодушной, ответила я.

– Ох, и скрытная ты, Олька, стала! – вздохнула она. – Мы все еще в шоке, что ничего не знали о твоём романе с этим малолеткой Никитой. И сейчас просто боимся, что ты снова попадешь в какую-нибудь невероятную историю.

– А может, это была любовь? – спросила я, поворачиваясь к ней и внимательно глядя в расширившиеся глаза. – Такое вам в голову не приходило?

– Любовь?! – расхохоталась Ириска и даже остановилась. – Нет, вы слышали? – громко спросила она.

– Лично я ничего не слышал, – игриво ответил проходивший мимо мужчина. – Но готов услышать!

– Извините, – тихо произнесла я и потянула Ириску за рукав. – Пошли, вон метро уже. И незачем так орать!

– Ему восемнадцать, тебе сорок, – продолжила она уже более спокойно. – И какая тут любовь? И какие перспективы? Представь, что было бы через пять лет? а через десять? Он-то, понятно, в самом цвету. А вот ты? Пенсионерка, считай. И потом, неужели ты серьезно думаешь, что есть на свете хоть один мужчина, способный сохранять верность всю свою жизнь одной-единственной женщине?

– Твой муж Лева, – сказала я.

Ириска вновь остановилась, повернулась ко мне и залилась краской.

– Мой муж Лева, – повторила она. – Конечно, мы исключительная пара. Но, как ты сама знаешь, я последнее время совершенно изменилась, раскрепостилась, и, как следствие, мы с Левкой обсуждаем сейчас такие темы, что иногда мне самой неловко становится. Но

это браку лишь на пользу. Лева после наших откровенных и иногда даже разнузданных разговоров намного легче возбуждается, и процесс длится активнее и дольше. Ну, ты понимаешь, о чем я.

– Пока не очень, – улыбнулась я.

– Неважно! Но как-то он признался мне, что пару раз снимал проститутку, что один раз по пьяни трахнул сотрудницу на корпоративной вечеринке, когда они выезжали за город.

– Но ведь это не считается, – сказала я, с испугом на нее глядя.

– Не говори никому, – спохватилась Ириска.

– Само собой, – ответила я и погладила ее по плечу. – Ты сильно расстроилась?

– Как ни странно, не очень, – улыбнулась она, начиная успокаиваться. – Конечно, до своего недавнего сексуального образования и ликвидации дремучести я бы закатила скандал, считая, что он подло изменял мне. Но сейчас я отлично понимаю, что такое мужские фантазии, что они необходимы для поддержания тонуса, а я была пресной, привычной, домашней, и по большому счету сама виновата, что муж полез на других. К тому же это не измена, а так, выпускание паров.

– Плохо, что он тебе сказал об этом, – заметила я.

– Да, это так, – согласилась Ириска. – Меньше знаешь, крепче спишь. Но мы сейчас настолько откровенны, что Лева утратил контроль. Мне пришлось делать вид, что все в порядке, хотя, естественно, кошки на душе скребли, да и кровь в голову бросилась. Но я сдержалась. Он все говорил, говорил, и, знаешь, Оль, я и правда в какой-то момент вдруг поняла его и мгновенно простила. А Лева потом сознался, что постоянно чувствовал вину передо мной из-за этих случаев и это разъедало его изнутри. Зато сейчас ему явно стало легче. Вот такие дела.

– Все, что ни делается, к лучшему, – ответила я.

– Да, совсем забыла, – спохватилась Ириска, спускаясь в метро. – Мы сейчас едем к Злате. Я тебе еще утром хотела сказать.

– Зачем это? – удивилась я, внутренне напрягаясь.

Почему-то подумала, что девчонки обеспокоены моей личной жизнью и вновь начнут меня прорабатывать и объяснять, что такое хорошо и что такое плохо.

– Да просто так, – засмеялась она. – Злата сказала, что мы давно не собирались вчетвером.

– Что, и Ленка подъедет? – обрадовалась я.

– Вроде обещала.

Вот Лена как раз действительно давно с нами не виделась. Являясь генеральным директором рекламного агентства, Лена пропадала на работе. Правда, с нами она все-таки успевала встречаться. Но последнее время это происходило все реже. К тому же Лена пару месяцев назад переехала из центра в Куркино. Как-то она призналась мне по телефону, что так устает, что хочет лишь одного – доехать до квартиры и упасть в постель. И никого не видеть и не слышать.

Когда мы приехали к Злате, Лена была уже там. Она сидела на кухне, красивая, элегантная, ухоженная, как всегда, и чему-то смеялась. Мы заметили, что девочки без нас уже выпили. На столе стояла открытая бутылка текилы.

– Ух ты, что вы тут пьете! – удивилась Ириска, когда мы поздоровались и присоединились к ним.

– Это Лена привезла, – пояснила Злата. И вдруг продекламировала нараспев: – Сегодня хочется лишь роз, изысканных и ярко-алых. Но чтобы ты цветы привез. Иначе роз мне будет мало.

– Гениально! – воскликнула Лена. – Ты пишешь все лучше! Вот она, любовь!

– А зацените, девочки, вот это, – сказала зардевшаяся Злата и прочла будничным тоном: – Мой любимый далеко-далеко, словно солнце высоко-высоко. Только солнце каждый день вижу я. А любимого увидеть нельзя.

Мы замолчали, переваривая смысл стиха.

– Супер! – прошептала Ириска, и они отчего-то дружно на меня посмотрели.

– Кстати, – начала Злата, – а что твой малолетка? Так и не пишет?

Я отрицательно покачала головой.

– Ну не суть! – быстро проговорила Ириска. – Нам-то текилы не нальете?

– Господи! – расхохоталась Злата. – С каких это пор вам требуется специальное приглашение? Вы как съездили?

Ириска начала рассказывать о новой работе, Злата разливать текилу, а я пододвинула стул к Лене. Она улыбнулась мне, и я в который раз подумала, что чем женщина красивее и успешнее, тем ей труднее найти подходящего мужчину.

Лене было тридцать три года, она так ни разу не вышла замуж, хотя романы у нее периодически случались. Золотисто-рыжеватые густые волосы, падающие до плеч, карие глаза с длинными ресницами, матовая кожа красивого, немного смуглого оттенка, крупные яркие губы делали Лену неотразимой. К тому же она была высокой и стройной, а так как регулярно посещала спортзал, то всегда находилась в отличной форме. Лена недавно купила новую огромную квартиру в престижном районе Куркино, у нее имелась машина, одевалась она, естественно, не на рынках, а в дорогих бутиках, но... Счастья в личной жизни все это не приносило. Недавно она рассталась с очередным мужчиной. Он тоже был директором рекламного агентства и соответствовал ей по уровню. Но на поверку оказался настоящим кобелем и изменил ей при первом удобном случае, к тому же в ее собственной квартире. Но Лена легко перенесла этот удар. Меня всегда удивляла ее способность не драматизировать происходящее, а словно стряхивать негатив, как остатки воды с пальцев. Лена отличалась железной выдержкой, хотя, возможно, трудясь в такой области, она со временем выработала характер, избавившись от чисто женских слабостей.

– Что, он и правда не пишет? – тихо спросила Лена и внимательно посмотрела мне в глаза.

– Нет, ни одного письма, ни одного звонка, – ответила я и выпила текилу.

– «Так писем не ждут, так ждут письма...» – встряла Злата, делая ударение на последнее слово. – Как просто, но как гениально! Это цветаевские строки. Марина была влюблена в какого-то очередного придурка, к тому же, кажется, чахоточного и моложе ее, а он и не думал ей писать.

– Бог мой, Злата, ну зачем так о легенде? – возмутилась Ириска. – Кстати, ты сама-то все еще хороводишься со своим Костиком, вот уж точно придурком!

– Прежде чем стать легендой, Марина тоже влюблялась, страдала, жила жизнью обычной женщины, – ответила Злата.

– Я тоже, кажется, влюбилась, – неожиданно сообщила Лена.

Я даже соком поперхнулась. Злата замолчала и уставилась на нее с недоверием. Лена обычно никогда вот так сразу нам такое не говорила. Мы узнавали о ее романах исподволь, а иногда уже после их окончания.

– И кто на этот раз? – пискнула Ириска и закашлялась.

– Чего вы переполошились? – рассмеялась Лена и тряхнула волосами.

Они засияли, словно лисий хвост.

– Я познакомилась с ним случайно. Вы даже не представляете, насколько случайно! Как вы помните, наше агентство помогает детскому дому. Два дня назад я туда ездила.

– Конечно, помним! – перебила ее Злата. – Кстати, мы хотели бы еще туда съездить.

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.