

Ольга Примаченко

С тобой я дома



gnezdo.by

Ольга Примаченко

С тобой я дома

«Издательские решения»

Примаченко О.

С тобой я дома / О. Примаченко — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-834651-4

В книге собраны лучшие, по версии автора, тексты из блога «Жизнь в Гнезде» (гнездо.by) Ольги Примаченко. Как нет универсального лекарства от всех болезней, так и эта книга не решит всех житейских проблем. Но поможет найти ответы на вопросы, которые волнуют каждого: любовь и отношения, семья как выбор и одиночество как решение, долгая дорога домой и поиск «своей стаи», обретение собственного голоса и храбрости однажды сказать: «Я так чувствую, а значит, это важно».

ISBN 978-5-44-834651-4

© Примаченко О.
© Издательские решения

Содержание

Спасибо	6
Going home for Christmas	8
Соединить по линии перфорации	10
Безрадостные женщины творят безрадостную любовь	12
Чувство снега	14
Расти с открытыми глазами	15
Время делает нас красивее	17
К себе – нежно	19
«Начни жить сейчас». Письмо для Нины	20
Женственность. Моя история не богини	22
И однажды ты достоешь телефон, чтобы не позвонить	24
Своя стая	26
Сказка о потерянном бремени	28
Быть одной	30
Небесная почта: Вселенная говорит	32
Конец ознакомительного фрагмента.	33

С тобой я дома

Ольга Примаченко

*Моей семье по обе стороны фамилии и Саше —
тому, из-за кого это всё*

© Ольга Примаченко, 2016

© Юлия Гиль, дизайн обложки, 2016

© Юлия Брайчук, дизайн обложки, 2016

Корректор Мария Пархимчик

ISBN 978-5-4483-4651-4

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Спасибо

Паша Глазко, Рома Цыбульский, Дима Лаевский, Настя Климович, Таня Железнякова, Алиса Нехай, Андрей Великоселец – мои *нежно любимые*, спасибо, что мы столько лет вместе. Люблю ваши семьи, люблюсь тем, кем вы стали, кого выбрали себе в пару, всегда буду помнить о том, как все начиналось, как *мы начинались*.

Саша Мартьянов, Оля Попко, Саша и Юля Вершки, Оксана Ванчук, Оля Цветкова, Денис Амитон, Костя Кузнецов, Лена Черногорова, Юля Макарова, Наташа Суша, Лена Колосова, Таня Данилушкина, Вера Сирота – я храню вас во внутреннем сердечном кармане. Вы неповторимые, вы *мои*.

Павел Зыгмантович, Ксения Желудова, Таня Тихомирова, Леша Поросятъев, Алла Шилец, Маша Гулина, Зоя и Алесь Пришивалки, Даша Жук, Саша Белковец, Катя Оаро, Саша Зантович – я восхищаюсь тем, что и как вы делаете. Просто никогда не сдавайтесь и продолжайте.

Оля Демидюк, спасибо, что вдохновила на то, чтобы не «мечтать о книге», а взять и сделать.

Юля Гиль – спасибо за логотип Гнезда и иллюстрацию для обложки этой книги.

Юля Брайчук – спасибо за ее дизайн.

Маша Пархимчик – спасибо за бережную корректуру, острый глаз и восхитительное чувство сарказма.

Моим из Fabula Branding, моим из TUT.BY, всем, кто помнит «хроники чумы» из ЖЖ, и, конечно же, читателям Гнезда – тем, кто верил, что эта книга непременно появится, даже больше, чем я сама.



Фото: Костя Кузнецов

С любовью и благодарностью,
Ольга Примаченко (Какшинская)

Going home for Christmas

Жизнь состоит из мелочей, которые наполняют ее такой красотой и нежностью, что перехватывает дыхание. Тому, кто вырос, но не разучился удивляться, то есть тем девочкам и мальчикам, которые до сих пор вешают на елку мандарины и в качестве желания загадывают счастье, а не «порш», это близко и понятно. Потому что это работает. А еще – всегда дает надежду.

Если однажды остановиться и позволить себе сойти с безумной карусели луна-парка для взрослых, можно сильно удивиться, осознав, как много прекрасного есть в моменте здесь и сейчас. Моменте, который не требует от тебя ничего, кроме желания быть в нем.

Например, в том утре, когда ты просыпаешься задолго до будильника, за окном снег, а в комнате пахнет мятными пряниками. По углам разлита тишина, и можно еще несколько часов не вылезать из нагретой телом постели, чтобы успеть досмотреть сон, в котором тебе семь, и ты – счастлив.

Поджарить на завтрак до легкого хруста хлеб, заварить крепкого кофе и наконец-то открыть ту банку малинового варенья, которую так давно передавала мама. Достать с полки любимую книжку и начать читать наугад со случайной страницы. И вдруг понять, что все – хорошо и правильно. И ты давно уже доказал все, что хотел. Особенно тем, кто не верил. И которым, может быть, и не хотелось, но пришлось. Теперь наконец-то можно расслабиться и отпустить. Себя, прошлое, время, это неожиданное состояние полного мира внутри. Когда вдруг становится так тепло, уверенно и спокойно, будто бы тебя кто-то обнял.

Я не знаю лучшего способа вернуться домой, чем просто идти. С благодарностью принимать каждое мгновение и видеть в нем или урок, или подарок, или приглашение к приключению. Примерять свои ступни к следам людей, которые вдохновляют, и все яснее осознавать, что счастье начинается в голове: когда перестаешь судить, осуждать, ныть, нервничать. Когда больше не боишься любить, быть уязвимым, жить с одним сплошным родничком в области сердца. Ну потому что как иначе почувствовать, что ты живой, что ты не умер в какой-нибудь обычный вторник между деловыми встречами, сложными переговорами и так долго откладываемым визитом к зубному врачу?

Как дорога в тысячу миль начинается с первого шага, так и путь домой рождается под ногами того, кто устал скитаться. Кому однажды перестает быть достаточно пресной еды в упаковке из пластика, постоянно меняющихся бейджиков «Hello, my name is...», ночей в отеле на краю света и обмена визитками там, где хотелось бы просто напиться в баре внизу и вместе поплакать.

Так много тех, кого надо уважать, так мало – кого есть за что любить. И за кем идти, и по ком скучать, и ради кого – принимать решения...

Поэтому так хочется сказать: «Эй, сумасшедший карусельщик, давай уже, заканчивай». У меня есть дела и поважнее этого бессмысленного кружения на лошадке: отвезти маме хурмы, научиться печь имбирное печенье, выбросить из дома все, что его захламляет, купить платье. Пересмотреть все рождественские комедии, а потом, увлекшись, – и собственные взгляды на жизнь.

А еще пообещать себе: что бы ни случилось – не сдаваться, не перечеркивать сделанное, не жалеть. Ни себя, ни времени, ни усилий. Потому что все – опыт. Все в какой-то момент окажется важным. Все – пригодится.

И неважно, что в путешествии домой часто приходится идти с пустыми карманами. Возможно, именно поэтому идти по дороге получается

*с такой
легкой*

душой.

Соединить по линии перфорации

Точка невозврата – это такая точка, в которой у самолета, летящего над океаном, уже не хватит горючего, чтобы вернуться обратно, хотя лететь дальше и небезопасно.

«Однажды в жизни каждого человека наступает такой момент, когда нужно встать и ограбить банк». Я всегда вспоминаю эту цитату из Фишера, когда сталкиваюсь с необходимостью принять решение. Принять свое и смириться с чужим.

Быть решительной я научилась еще в детском саду, когда мальчик Сережа оторвал моему любимому резиновому гному голову – с особым торжеством, «специально». В тот день Сережа узнал, почему не стоит злить женщину, и особенно – ломать ее игрушки.

И это не ода женской мести – это утверждение решения, принятого однажды и навсегда: никогда и никому не позволять обращаться с тобой или с тем, что тебе дорого, как с чем-то незначительным. В противном случае ты обесцениваешь все, что сделала до этого момента, – а значит, все, что сделало тебя.

Спасибо, Господи, что я не понимаю полумер и компромиссов, желания как можно изощреннее обмануть систему, любви в одну сторону и тайной надежды на результат в отсутствие действий.

Не понимаю мужчин, которые говорят: «Я спасу тебя от всего на свете», но первыми причиняют такую боль, по сравнению с которой внешняя опасность кажется ерундой, о которой даже не стоит печалиться.

Не понимаю женщин, которые искусно манипулируют мужчинами, используя как аргумент в любом споре угрозу уехать жить к маме, но так никогда и не решаются выкатить свой розовый чемоданчик, набитый тряпками, за порог (потому что черт его знает, как оно там, за порогом-то, это тебе не словами бросаться – там темно).

И еще меня очень злит, когда я слышу фразу: «Добро пожаловать в реальный мир, Оля».

Словно реальный мир – это всегда какая-то феерическая ж... па. И чтобы хоть немного в нем соображать, нужно родиться в самом злом и страшном районе города, с малолетства бухать по дворам, плохо учиться, мало где работать, мало что зарабатывать, в конце концов окончательно «спиться с пути», но зато навсегда получить право с видом матерого волка сидеть на лавке у подъезда и рассыпаться в ужасных банальностях вроде «Жизнь – это вечная борьба».

Так вот, для меня это – не «реальная» жизнь. По крайней мере, в моей Вселенной.

Да, так можно жить, да, это один из семи миллиардов возможных сценариев, но я не верю в рок и фатум, я верю в решения. Где быть, с кем спать, чем себя травить, в какую зависимость втянуть, чтобы потом мучительно долго от нее избавляться. Когда сказать «Да», когда – «Нет», когда – «Я не знаю», а когда – просто стукнуть врага по голове лопаткой и убежать.

Я знаю, что принимать решения сложно. Чувствовать, как ежедневно рвется старая кожа, слышать, как хрустит ментальная раковина, ощущать, какие колоссальные перегрузки испытывает зона комфорта. Но жизни не пристало губить саму себя – я повторяю это, как мантру, когда что-то начинает идти не так. Возвращаюсь на несколько пунктов назад и пытаюсь отследить, где именно начала сползать в кювет: наверняка же были какие-то сигналы и знаки, на которые я легкомысленно закрывала глаза, не желая видеть, – сродни младшей из сестер, которая, прельстившись богатыми дарами опасного хищника-жениха, твердила себе, что его борода «не такая уж и синяя...».

Отмотав до собственной точки невозврата, я не поворачиваю назад, а меняю дорогу. «С этого момента и впредь я буду действовать по-другому». Не «Дура я, идиотка я – ни амбиций, ни силы воли», а «С этого момента и впредь я буду действовать по-другому».

По-другому – значит *начиная с сейчас*.

Я верю, что любые решения стоят того, чтобы их принимать. И не бояться менять, если они перестают работать.

Потому что проявлять смелость так же важно и радостно, как готовить на завтрак блинчики. Как петь. Как заниматься любовью.

Как стоять полночи у окна и смотреть на первый снег – в состоянии идеального обнуления.

Улыбаясь.

Безрадостные женщины творят безрадостную любовь

Безрадостную любовь чувствуешь издалека, еще на пороге. В доме с такой любовью из углов тянет сыростью, подушки набиты всхлипами, наполнены желчью, отравлены горечью. А случись в нем однажды что-нибудь честное и хорошее, так жильцы все равно не поверят, лишь удивятся да перекрестятся – «Чур меня!».

Безрадостная любовь – это когда где угодно лучше, чем дома, с кем угодно легче, чем с тем, с кем спишь. Потому что пресные поцелуи, сухие объятия, укоры, уколы, ножи и вилки. Всегда сюрприз, в какую секунду, что сработает детонатором на этот раз: слово, взгляд, интонация или жест.

Никто не пользуется правом хранить молчание: в безрадостной любви клеветать другого – за развлечение. Любовь как унижение и поражение, когда приходится участвовать в самой тяжелой гражданской войне – в своей семье. Дверь захлопывается нарочито громко и показательно, и тот, кто за ней оказывается, на неопределенное время становится пропавшим без вести: неизвестно, вернется ли, когда все образуется и успокоится, не окажется ли последним номером в списке погибших на опознание – в спешке дописанным нервным неровным почерком, неразборчиво, синими мажущими чернилами, от руки.

Безрадостные женщины не ищут радости, не умеют ее создавать, не служат ее источником. С ними жить – как въехать в красивый, но мертвый дом: сколько ни топи, внутри всегда будет холоднее, чем на улице, и роскошный огромный камин окажется даже не электрическим – искусно нарисованным красками на стене.

Безрадостные женщины радоваться боятся. У них любое событие – предвестник какого-то пиз..ца. Реальность через таких не течет, а спотыкается, как о камни: ни тебе спонтанности, ни чудес. Невероятно строгие к себе, они и от других ждут сурового подчинения: как вообще ты можешь смеяться, если жизнь – это игра на выживание, выбывание? Стоит лишь чуть-чуть расслабиться – и все, трындец. Так что сотри с лица дурацкую улыбочку победителя – еще не время, не место. Этот праздник еще не на твоей улице – он за три квартала от тебя.

У таких некрасивые платья, скучные мысли, холодные пальцы. Мужчины рядом с такими тоже мрачные, вялые, впалые, с прогоревшей проводкой, сгнившими перекрытиями, без света, без цели. И это понятно: мы же поставляем энергию ближнему, если у того силы закончились. Но энергетически нулевые партнеры по жизни – как бездонные ямы: сколько им себя ни отдавай, заполненных краев не увидишь, зато недовольства будет, как от сумасшедшего горшочка с кашей, – через край.

Помни: всякий раз, когда вместо решения проблемы ты предпочитаешь просто понять о ней, безрадостная женщина в тебе поднимает голову выше. Всякий раз, когда вместо радости за кого-то ты уходишь в зависть и болезненное сравнение, безрадостная женщина в тебе по-мужицки раздается в плечах. Всякий раз, когда ты говоришь или думаешь о себе или о чем-то из своей жизни с пренебрежением или злой досадой, безрадостная женщина в тебе получает власть. Получает всласть. И однажды из обыкновенной безрадостной женщины ты превращаешься в шальную бабу.

Довлатов писал: «Не деньги привлекают женщин. Не автомобили и не драгоценности. Не рестораны и дорогая одежда. Не могущество, богатство и элегантность. А то, что сделало человека могущественным, богатым и элегантным. Сила, которой наделены одни и полностью лишены другие». Вот так и мужчины с возрастом ищут в женщине не смазли-

вое личико, а умение радоваться – создавать радость, умножать, подкармливать, как ржаную закваску, выпекать потом из нее ароматный домашний хлеб.

Ищут такую женщину, к которой хочется возвращаться с любой дороги —
и не просто очень спешить,
а почти
лететь.

Чувство снега

Я никогда не думала, что морозы могут так сильно выбить меня из понятного и привычного. Ну казалось бы, чего там: оденься тепло, обмотайся шарфом, натяни шапку на уши – да иди.

Главное, не забывай завещания Бродского про выход из комнаты, наблюдай, как по-детски радостно солнце лижет мосты, замечай, как там, где у него прилипает к металлу язык, остаются пятна.

Время замерло. Задохнулось на полуслове, подавилось буквами – и не может ни выплюнуть, ни проглотить. На проспекте по вечерам мало машин, еще меньше людей – люди прячутся по домам, с любопытством смотрят в узкие щели. Кожа на руках шелушится, лицо обветривается. Воздух из легких, отправленный в путь под мерный сердечный стук, превращается в тонкое кружево на ресницах.

Самый большой страх – что весна никогда не придет. Беременная летом, босая, простоволосая – навсегда останется петь колыбельные январю, танцевать с февралем, по ночам хотеть соленых огурчиков, по утрам – клубники. Да плевать она хотела на город и на меня – что ей мерзнувший лоб, что ей двести моих одежек. Ветер воровато прячется по углам, нападает внезапно, сбивает с ног. И в конце резким прицельным ударом в голову – сбивает с мыслей.

Я скучаю по бегу, по легкому телу, по десятку цветастых платьев в шкафу, по рассветам, встреченным на балконе за чашкой чая. По возможности уместить нужное в один рюкзак. Лечь спать в одной стране – проснуться за тысячу километров.

Однажды старая женщина объясняла мне, нужна ли страсть в отношениях. Я пила сладкую домашнюю настойку, ее собака гавкала и кусала мне руки. Она потеряла мужа и уже два года живет одна: в окружении нескольких тысяч книг в квартире под чердаком.

На прощанье старая женщина подарила мне книгу – «Философию любви» в двух томах. Так я узнала, что любовь – это «прекращение дурной бесконечности» в сексуальных отношениях между мужчиной и женщиной, а тринадцатый подвиг Геракла – в сорока девяти дочерях Фесая, которых он оплодотворил за одну ночь.

«Сахар не ешь, водку не пьешь, сигарет не куришь. Чего ты вообще тогда приперлась? Если я упаду со скуки, просто накрой меня и уйди...»

На самом деле этот пост – о любви.

Расти с открытыми глазами

Взросление наступает незаметно, как время туманов. Сначала учишься работать, потом – менять работу, потом – останавливаться, найдя свое. Обзаводишься связями, оттачиваешь мастерство, определяешься с приоритетами.

Покупаешь машину, снимаешь квартиру, приобретаешь свое жилье. Однажды дорастаешь до решения завести семью, построить дом или открыть собственное дело. А потом работаешь, работаешь, работаешь на эти решения. Ошибаешься, разочаровываешься, разочаровываешь сам – но продолжаешь расти туда, где горят маяки, в ту сторону, куда бьется сердце.

И вот здесь интересно наблюдать, как взрослеют пары. Как проходят через этап принятия решений, определяющих совместное завтра, когда на смену очаровательной голожопой романтике приходит уверенный и стабильный быт: «А у нас в квартире газ, а у вас? – А у нас водопровод! Вот!».

Когда вдруг открывается, что «самосовершенствоваться», будучи в паре, не так уж и легко. Видеть усталость друг друга, раздражение от недосыпа, моменты слабости. Переживать периоды обиженного молчания и иногда – апатичного равнодушия, которое наступает, когда силы не просто закончились, а исчерпались в ноль. Переживать это все под одной крышей, под одним одеялом.

В такие минуты редко думаешь, а правильно ли ты поступаешь, этому ли тебя учили умные книги и твой психолог, не теряешь ли ты лицо, не опускаешься ли до уровня базарной хабалки... (Эх, если бы голос еще так предательски не дрожал, когда говоришь, и хватило бы сил дожить до утра, которое вечера мудренее.)

Растить себя одному сподручнее, чем вдвоем: никто не мешает, не лезет с непрошеными советами, не сбивает с курса. Но гармония души, достигнутая в одиночку, – состояние, которое только в одиночестве и работает. Свалится как снег на голову Другой, заявится в твой монастырь со своим уставом – и блаженство закончится. Хочешь не хочешь, а придется садиться за стол переговоров – учиться жить.

Я убеждена: играть в «личностный рост» нужно до брака. Разобраться с системой ценностей, залежами «Хочу», «Не хочу», «Не хочу, но буду» и «Не хочу и не буду никогда», а потом уже переходить на новый уровень и строить семью, то есть развивать ваше с мужем или женой общее дело, а не частный бизнес в виде себя, требующий неусыпного внимания и вложений.

Есть время познавать себя и есть время познавать себя в семье – никакого другого времени не остается. Ну разве что любоваться, как падает снег, и есть пенку с малинового варенья.

Удивительную вещь скажу, но отношения и есть лучший тренинг для развития в нас прекрасного: больно, радостно, действенно и бесплатно.

Не поймите меня превратно – я всеми руками за умные и хорошие книги, толковые тренинги и программы. Но только если они направлены на то, чтобы оба чувствовали себя лучше, а не одного унесли в новый дивный мир, где все возможно, а второй при этом остался пахать как вол, чтобы было чем рассчитаться по кредиту. Потому что, когда первый из этого нового дивного мира возвращается, мир второго для него внезапно становится тесным, маленьким и убогим.

«Настоящая» и «правильная» любовь – это не та, где вы идеально совпадаете по краям, любите одно и то же и «так похожи», а та, которую вы оба хотите построить, хорошо отдавая себе отчет, зачем вам вообще все это нужно, и нужно ли. Колоссальная, титаническая работа, но куда более благодарная, чем постоянно циклиться на том, что ты *чувствуешь*, и насколько

это совпадает с твоим *истинным предназначением*, и не мешает ли Другой твоему *внутреннему росту*, не связывает ли *крылья*.

Когда что-то идет не так, фраза «Я в домике» – плохое средство: нельзя притвориться, что тебя нет, надеясь, что таким образом растворятся и проблемы.

Душа растет, проходя через реальность. Ты никогда не сможешь по-настоящему понять, с кем живешь, пока эта самая жизнь не случится с вами во всей красе.

Семья и быт – это вызов, который нужно принять, чтобы узнать о собственной силе и слабости, трусости и отваге, способности или неспособности защищать, поддерживать и беречь.

Я за то, чтобы в семье искали не «себя и собственное я», а единое, общее.

Потому что семья начинается с буквы «мы».

Время делает нас красивее

Думая о женской красоте, я всегда вспоминаю поговорку о том, что есть цветы ранние и есть цветы поздние, и красота вторых раскрывается не каждому и не сразу – через возраст, любовь и роды, долгую дорогу к себе и мир в душе.

Тысячи часов ретуши дали мне возможность по миллиметру изучить женское тело: острые ключицы, тонкие пальцы, нервные губы, татуировки, родинки... и страх, который возникает, когда оказываешься по ту сторону объектива, – страх встретиться с той частью себя, о которой ты ничего не знаешь и не хочешь знать.

На фотографиях предвкушаешь увидеть себя изящной и хрупкой, такой, которая никогда ни о чем не просит, не ждет, не боится времени, уходит первой: в глазах отражаются огни больших городов, тело – чувственное и тугое. Мужская рубашка на голые плечи смотрится лучше любого маленького черного платья, а легкая синева под глазами – это тень от ресниц.

Такую сложно представить ревущей ночь напролет, когда наутро лицо превращается в месиво и нужен день, чтобы прийти в себя, и надо звонить, и врать, и брать выходной, заваривать крепкий чай и долго смотреть в потолок, прислушиваясь, как внутри внезапно стало гулко и пусто.

Такую сложно представить в такой ситуации – а ведь нет ни одной, которая бы через это не проходила. Не находила себя однажды сползающей по стенке в ванной в беззвучной истерике в какую-нибудь особенно темную ночь, будучи больше похожей на потрепанного зайца с вельветовыми проплешинами и костяной пуговицей вместо глаза, чем на ту, которая никогда ни о чем не просит, не ждет, не боится времени, уходит первой...

Ни одна из таких ночей не проходит бесследно.

Ни один из звонков, ни одно пробуждение в мертвой семейной кровати, когда от пустых простыней так отчетливо веет предательством – тянет холодом прямо по позвоночнику, что кажется:

жизнь впереди долгая, а ты – Гренландия. Температура внутри падает, дрейфуют льды.

Со временем учишься читать чужое тело, как книгу, видеть горькие и счастливые главы, оставленные кем-то пометки, вырванные из жизни страницы.

Главное – листать бережно.

Не загигать уголки.

При этом при всем мы – очень красивые, со всеми нашими трещинками и сколами. Потому что они – про жизнь и долгую дорогу домой. Про все эти чертовы борщи, стиранные руками пеленки, забрызганные маслом поверхности, уставшего ангела за плечом, отросшие фамильные корни. Про все наши сложные выборы, «да» и «нет», оргазмы и всхлипы. Про то, как приходит зима, пока ты едешь в метро, про похмелье наутро, боль в пояснице, шарлотку, которую некому есть, самостоятельно застегнутую молнию на платье.

Про мгновения, когда мы остро ощущаем, что живы, что счастливы, – такие прозрачные, легкие, будто светимся. Вот про это – для этого! – морщинки и трещинки, недостатки и шероховатости: чтобы было чем зацепиться за жизнь и Другого, и совпасть, и срастись, прорасти – один в одного.

...Глядя на свои ладони, не ума и сердца я вижу линии, а сплетенные нити:

вот колючая, суровая, крепкая – ей привязана к мужу;

а вот нежная, тонкая, шелковая, это – дочь.

Изучая следы на теле, читаю прошлое.

Принимая следы на теле —
становлюсь красивее,
чем вчера.

К себе – нежно

Только еще один договор, еще один клиент, еще один заказ, а потом... Потом ты, конечно, дашь себе отдых, возьмешь перерыв, соберешь чемодан и уедешь в какую-нибудь глушь, где меланхоличные коровы, чай с травками и нет никакой иной связи, кроме как с Космосом. Никаких бумаг, пометок «срочно», презентаций и диаграмм, только ты и вечность, ты и небо – такое красивое, что тебе хочется от него детей.

Мы помним, что загнанных лошадей пристреливают, но никогда не думаем в таких категориях о себе. Это другие перенапрягаются и сгорают, это у других едет крыша от усталости и стресса, а мы – мы еще бодрячком, смотрите: просыпаемся по будильнику, одной рукой готовим кофе, другой – яичницу, зорко следим за котом, кот – за нами. Потом звонки, разбор сообщений в рабочей почте, перерыв на обед, совещания в душевной переговорке.

«Ой, что это тут только что пролетело?» —

«Это полгода. Они тут часто пролетают...»

...пока за окнами листья превращаются в снег, снег – в листья, ты ходишь на свадьбы друзей, на годовщины их свадеб. И, как в фильме, единственное, чего хочется, так это чтобы ближайшие тридцать лет тебя не трогали, пока ты работаешь, а потом – потом все у тебя будет «хо-ро-шо».

Вот только вспомнить бы, где между всем этим ты, ну и заодно – кто ты.

Не для друзей, родителей, босса, мужа – а здесь, внутри. Когда последний раз ты жила не по графику, не по часам? Вдохновенно творила херню, с наслаждением опаздывала, не приходила, потому что *не хотела*? Помнишь ли ты еще, как пахнет клубника, купленная на рынке? Как давно закрывала зонт в разгар дождя?

В потоке дней и вязкой патоке мыслей так легко перестать замечать, как ты меняешься. Как становишься все требовательнее к себе, нетерпимее к чужим ошибкам. Слабость превращается в роскошь, которая не по карману, причем, пожалуй, это единственное, что не по карману, потому что в мире, где все продается, можно приобрести все, кроме нее.

Быть к себе нежнее – это искусство, тем сложнее осваиваемое, чем больше и выше цели ты привыкла перед собой ставить и достигать. Ведь если не ты, то кто, и если не сегодня, то когда? В спину дышат молодые и злые, а тем, в свою очередь, бедные и голодные. Каждая победа на счету, в резюме имеет значение каждая строчка. Связи решают, а ты – не можешь решить задачку из учебника сына-третьеклассника: «Буратино дали пять яблок, два из которых он потерял. Сколько яблок осталось у Буратино?». И ты думаешь: три, а выходит – неправильно, ведь ты же не знаешь, сколько яблок было у Буратино вначале.

Кажется, что впереди у нас еще много времени, чтобы дожить до вечера, выходных, отпуска, окончания проекта – и отдохнуть. То есть вся эта концентрация сил и внимания – явление временное, преходящее, и тебя точно хватит, чтобы все успеть. Но потом вдруг раз – и не хватает. Организм начинает бастовать, интерес к жизни теряется: растянуться бы пластом на полу и заснуть на несколько тысяч лет. Потом проснуться, перевернуться на другой бок – и заснуть еще на столько же.

Познавать свои пределы интересно, если не превращать это в спорт. Без боли нет цели – порочная практика, не имеющая ничего общего с тем, что обычно называется радостью жизни. И если ты однажды сломаешься, никому и дела не будет до твоих призовых медалей и ленточек.

Так что будь к себе нежной, пожалуйста.

Оставайся живой.

«Начни жить сейчас». Письмо для Нины

Нина, сегодня ты сказала, что последние полгода живешь в каком-то странном состоянии: будто время остановилось, а ты зависла, и ничего не происходит, сколько бы сил ты ни прикладывала.

Ты не помнишь, когда у тебя последний раз был выходной, чтобы можно было лениво шататься в тапках по дому и ковыряться в носу, а не лететь сломя голову в другой город, чтобы отвезти к ветеринару чью-то собаку.

Ты не умеешь говорить о деньгах и часто работаешь за три рубля, но во имя высокого, хотя ни лекарства, ни хлеб, ни бензин в этом городе до сих пор не отпускают бесплатно. При этом ты, как и любая другая нормальная девочка, хотела бы купить себе дорогие качественные итальянские сапоги и съездить на Балтику, а не считать, на чем еще можно сэкономить, чтобы купить в родительский дом новую кухню.

Нина, у тебя три высших образования, безупречный английский, стажировки за рубежом и такая рабочая дисциплина, что Штирлицу и не снилась. Поверь, ты стоишь гораздо больше того, что могут предложить многие из тех, кто сегодня захлопывает перед тобой дверь.

Не забывай, чего это все тебе стоило, и научись адекватно себя оценивать, а не как цыганка – сколько дадите. Не работай за копейки, или, хорошо, работай, но тогда не жалуйся, что тебе все чаще садятся на шею, и ты не знаешь, что с этим делать.

Потому что ответ очевиден: все происходит, потому что ты позволяешь этому происходить. Тараканы в чужих головах никогда не переведутся, они будут продолжать устраивать там оргии и вечеринки с шампанским, только... при чем здесь ты, Нина? Хорошей прилежной девочкой ты была до пятого класса. Теперь можно не напрягаться и быть собой.

Сколько я тебя знаю, ты всегда все делала ради кого-то, всегда – чтобы что-то кому-то доказать. Словно такая, какая есть, со своими слабостями и недостатками, ты не достойна любви или уважения. Что только через боль и «Не хочу, но надо» можно достичь тех высот в карьере и жизни, когда все вокруг в едином порыве восхищения замрут и наконец-то признают: «Вот теперь мы тобой гордимся, Нина, ты – крутая!» Ну так вот: ты крутая и без этих слов, Нина. Просто по факту. Потому что умеешь беззаветно и по-настоящему любить, как большая преданная собака. И такая же, как она, надежная и храбрая.

Помнишь, как однажды я на какое-то время осталась практически без зрения, и мне страшно был нужен кто-то, способный отвезти меня в больницу и остаться рядом? Именно ты была первой, о ком я подумала. Потому что ты знаешь об этом поганом больничном бесилии все: пережитая в далекой юности спортивная травма навсегда закалила твой характер, и ты приобрела тот титановый стержень внутри себя, который до сих пор учит тебя не сдаваться и идти вперед, сжав зубы, там, где другие уже превращаются в сахарное желе.

Поэтому ты такая сильная, Нина. Такая красивая. Прекрати оглядываться на других, прекрати считать себя неудачницей на их фоне. Ни у кого из тех, кто тебя знает, не повернется язык так о тебе подумать или сказать. Тогда зачем ты ведешь эти мысленные монологи с химерами у себя в голове, зачем даже на мгновение допускаешь мысль, что им можно верить?

Придуши их, Нина, перекрой им кислород, не забывай, что ты живешь в сейчас, а не в канувшем в Лету прошлом или еще не случившемся будущем.

*Прекрати говорить
с мертвыми
о неродившемся.*

Поверь, все эти чужие чудесные жизни на картинках в фейсбуке, на которые ты смотришь с завистью и чувством собственной бледности «на фоне», зачастую имеют весьма неприглядную изнанку. Я знаю, потому что делаю точно так же: на публику – шутки-прибаутки да потешки про молочные реки и кисельные берега; откровения о том, как бьешься головой о стенку в отчаянье, возможны разве что один на один поздним вечером, да и то когда в твоих венах водки больше, чем крови.

Нина, ты, возможно, удивишься, но ночь – это время для сна, а не для очередной подработки: нет ничего более постоянного, чем временное. Или делай это основной работой, или однажды проснешься с таким необъятным чувством пустоты внутри, что испугаешься, что исчезла.

То, что происходит сейчас, не приносит тебе ни радости, ни любви, Нина, и ты продолжаешь с надеждой спрашивать меня, что нужно делать, чтобы прервать этот замкнутый круг. Словно я могу дать тебе совет, как волшебное зелье. Но я не могу. Потому что мой опыт – это мой опыт. У тебя нет времени его повторять, к тому же я никогда не считала его ни универсальным, ни показательным.

Однако я хочу, чтобы ты всегда помнила кое-что очень простое и важное: с тобой все в порядке, Нина. На тебе нет никаких родовых проклятий, тебе не уготована какая-то «особенная» судьба, ты не жертва и не мученица.

Когда ты научишься говорить «нет» без страха и чувства вины, из твоего окружения быстро отвалятся те, кому вечно от тебя что-то надо, но кому совершенно не нужна ты сама. И тогда вдруг – впервые за долгое время – ты узнаешь, что такое дышать полной грудью, «говорить своим голосом и о том, что важно для тебя», танцевать под музыку, звучащую в твоей голове.

Твоя жизнь станет легче. Ты сама станешь легче.

И однажды ты проснешься из-за того, что плачешь – от смеха.

Женственность. Моя история не богини

Саше

Глядя на меня, сложно предположить, что я что-то знаю о женственности: платьев не ношу, декоративной косметикой не пользуюсь, волосы короткие, по рукам можно изучать анатомию мышц. В общем, и взять-то нечего, кроме примера «как не надо».

Но именно поэтому я и хочу рассказать о том, как поняла, что женственность – это не результат красных трусов на люстре и умения эффектно хлопать ресницами, не нечто, что нужно в себе «раскрывать», изо всех сил пытаюсь пробудить «внутреннюю богиню», а состояние, которое рождается из одного простого ощущения: по сравнению с тем, кто рядом с тобой, с его силой и характером, ты не то что «девочка» – ты булочка.

Женственность – это не приманка. Это свет, который начинает идти изнутри, когда исчезает страх.

Правильный мужчина выравнивает тебя (правильный *для тебя*), запускает целебный механизм самоотладки. Он не перекраивает тебя, не разрушает до основания и не отстраивает заново, но помогает понять, что все может быть по-другому – и ты сама можешь быть другой, и только от тебя зависит, захочешь ты этой новой реальности и новой себя или пойдешь на попятную и предпочтешь привычно сбежать в любимое одиночество.

Женственность для меня – это прежде всего гармония всех систем. Вот почему я говорю о выравнивании.

Я в свое время начала не с того.

...в 26 лет я приняла решение о разводе, сменила работу и вернулась домой, чтобы год спустя обнаружить себя ревущей на сеансах у психолога с запросом: «Сделайте из меня девочку, пожалуйста, я больше так не могу».

«Так» – значит во всем и всегда полагаться только на себя, никому не верить, тяготеть к военному стилю в одежде, обладать военной же дисциплиной, зашкаливающим трудолюбием и такой толщины броней снаружи, что не знаю, как я не звенела в аэропортах.

Я чувствовала себя тотально неправильной и кривой, перекошенной на все стороны. Мне казалось, что я хочу не того, чего должны хотеть девочки в моем возрасте. И, возможно, мамины вздохи о том, что нужно думать о семье, а не паковать в рюкзак берцы, теплые штаны и уезжать в ночь за цыганской звездой кочевой в пещеры с незнакомцами, имеют под собой основания.

Одна часть меня осознавала, что мужчина мне нужен сильный и смелый, с твердым характером и холодной головой, «такой, как я, только не я», а вторая – разрывалась от горького осознания, что таким мужчинам, как правило, нужны нежные и сладкие кошечки, а я, скорее, женщина-лошадь, и ничего красивого, слабого и беззащитного в этом нет.

Я ходила на свидания, надевая свои лучшие платья, но уже на пятой минуте понимала: не то, не тот, и я ему тоже не нравлюсь. Потрепаться за кофе, рассказать о работе – да, но все это точно не про любовь, не про вместе. Ни с одним из них я не чувствовала, что нашла свой дом —

дом в нем.

Упертости мне было не занимать: я только еще тщательнее выбирала наряды, еще аккуратнее рисовала стрелки и подводила глаза, читала книги о раскрытии женственности, рекомендованные психологом, работала над «внутренней богиней» и... по-прежнему оставалась солдатом Джейн. Я не могла вытравить ее из себя. Я честно пыталась себя сломать, но становилась только еще более помятой и гнутой.

И однажды силы притворяться закончились: я разозлилась. А в хорошем качественном отчаянье можно найти огромные ресурсы для прорыва. И я сказала себе: катись оно все конем (там другое слово было вместо «катись») – вся эта женственность, платья, тоска по «настоящей любви» и все богини этого мира, вместе взятые. Гори оно все на кострах инквизиции – я больше не хочу ломать себя, носиться со своими детскими травмами, жалеть, что все умею и могу сама, и плакать темными ночами от безысходности.

Нет, правда: пошло оно все лесом. С этого момента и впредь я не буду бороться со своими демонами – я напеку им печенья, возьму за руку и стану плечом к плечу на одной стороне – они, по крайней мере, знают толк в хороших вечеринках и алкоголе.

Я отменила все консультации, вычистила ридер от книжек Ренар, Торсунова и Валяевой. Я вернула себе право быть неудобной и волевой и никогда не извиняться за шум от своих доспехов; просить много, уходить быстро, не давать вторых шансов там, где уже с первой минуты видно, что человек – дрянь.

Это был потрясающий опыт освобождения от шелухи, плевел и компромиссов. Открыв в себе огромный заряд силы и жизнестойкости, я вдруг поняла, что *уже* целая и сильная.

Я уже та, которой не страшно.

И пеплом от сгоревшего прошлого, замешанным на глине и слюне, я рисовала боевые полосы на своих монгольских скулах – как знак уважения к традиции быть живой, как личное благословение на победу.

С тех пор женственность для меня – это не про хитрости и уловки вроде «здесь отпустить, чтобы там нажать». Не про установки из разряда «открыться потоку божественной энергии». Не про сакральную сексуальность.

Женственность для меня – это всегда про «делать и созидать». Не про «ждать», «просить» и «манипулировать», не про «открыть в себе богиню», а наоборот – про стать земной. Если и есть какая-то хорошая книга об искусстве этого, то это Эстес – «Бегущая с волками».

... Я думаю, Саша влюбился в меня именно такую – простую, любящую готовить и танцевать, умеющую и молчать, и смеяться, и пить, и плакать. Не в богиню – в обычную земную женщину: и веса во мне было на десять килограммов больше, чем сейчас, и тараканы после развода табунами мигрировали, и корона на голове сидела, как влитая.

Я спрашиваю себя: «Ну а почему тогда?» Почему сближение стало возможным – судьба, карма, предназначение? И вижу только один ответ, похожий на правду: искренность. Когда ты еще не знаешь толком другого, но уже не можешь ему врать, потому что больше никогда не хочешь врать самому себе – «Ведь тот, другой – он как ты, только не ты»...

Пока я не научилась быть искренней с самой собой и не начала ценить и беречь свою непохожесть, я не была готова ко Встрече. Не могла полюбить кого-то, кто не соответствовал картинке в моей голове. Поэтому сначала мне нужно было разобраться с картинками о самой себе.

В 26 лет я приняла решение о разводе, сменила работу и вернулась домой, чтобы четыре года спустя понять, что же по-настоящему означают для меня слова

«я» и «дом».

Самые мужественные, самые женственные мы тогда, когда честны перед собой. И когда мы находим в себе силы
однажды сказать другому:

«Останься».

И однажды ты достаешь телефон, чтобы не позвонить

«У меня нет времени, я ничего не успеваю» – эта фраза сегодня слышится и произносится чаще, чем «Здравствуйте». Своеобразный культурный код, пароль доступа. Если ты не спешишь, значит что-то с твоей жизнью не так. Нигде тебя особо не ждут, никому ты особо не нужен. Или нужен, но не сильно – по большому счету, справятся и без тебя.

Я чувствую это в метро в час пик, когда мы с серьезными лицами спешим по незначительным делам к часто еще менее значимым для нас людям. «Стой, иди, нет времени объяснять». А в этот момент большие красные цифры на табло забирают у тебя еще один кусок жизни без права возврата.

В какой-то момент я поняла, что ответ «Нет, к сожалению, не могу – нет времени» на предложение встретиться, пройтись босиком по траве или завести детей – это вопрос не времени, а приоритетов. Моих и чужих. Мы ведь достаточно взрослые, чтобы выбирать, что положить на чашу весов сегодня. Поэтому всякий раз, когда я говорю «да», я заранее знаю, скольких «нет» мне это будет стоить. Включая «нет», сказанные самой себе.

Две вещи до сих пор не умеем делать красиво: молчать и заканчивать. Молчание почему-то всегда получается слишком громким, почти нарочитым, а концы распускаются нитками – и невидимые силы великих и малых случайностей плетут из них искусное макраме.

В школе нас учили говорить с чувством и толком, на работе – не повышая голоса, с чужими – вежливо. Как нам общаться с самими собой, не учил никто – отсюда безрадостность внутренних монологов. Нескончаемый поток болтовни, то криком, то шепотом: это белое, это низкое, это жаркое, и в конце размашистой мысленной подписью – «Пойду поем».

Научиться молчать внутри себя так же сложно, как начать замечать дыхание: вот я делаю вдох, вот – выдох. Пауза. Воздух, который минуту назад был внутри тебя, сейчас продолжает жизнь мне.

Александр Лоуэн, известный своими исследованиями по телесно-ориентированной психотерапии, утверждает, что человек, чье дыхание неглубоко и поверхностно, настолько опаслив и недоверчив по отношению к миру, что старается даже воздух брать у него едва заметно, украдкой, почти тайком.

Практика молчания, как и практика смирения с неизбежным, сильнее, чем психоанализ, водка или химические успокоительные, ведь, когда действие последних заканчивается, тебя вновь с силой отбрасывает туда, где звезды Млечного Пути холодным молоком стекают по стенкам неба. Потому что in a city like this никому не нужны твои комментарии, мысли, заметки на полях, подчеркнутые строки и подведенные глаза. А главное, in a city like this каждый рано или поздно приходит к пониманию этого. И тогда однажды ты достаешь телефон, чтобы не позвонить: с этого момента и далее, будто примечания переводчика, в тебе все больше того, что ты оставляешь только для себя.

Несколько лет назад мне довелось две недели прожить одной в Румынии. Спать одной, есть одной, до рези в глазах вглядываться в морщины моря. Море синело. На пятый день на берегу нашли выбросившегося дельфина. На восьмой закончились деньги. А к десятому дню я начала читать Миллера вслух, чтоб не оглохнуть от тишины.

Когда я вернулась домой, мне еще долго пришлось привыкать к звуковой насыщенности пространства – девственно чистая ткань души, освященная тишиной и выбеленная южным солнцем, покрывалась пятнами на глазах. Но я молчала достаточно долго, чтобы

невысказанное созрело: лопнула тугая тонкая кожаца, брызнули мысли. Липкий арбузный сок потек по рукам.

Я повторяю себе как мантру: молчи, если то, что ты скажешь, не улучшит тишину; не звони, если не знаешь, что сказать; не пиши, если каждая буква дается с таким трудом, что немеют пальцы.

Возможно,
я повторяю это для тебя.

*...и казалось бы: знаем, плавали, тоже мне, откровения.
да вот только никак не научишься, бестолочь, «помнить-не-
забывать»:
никогда не переходи с мужчиной на «ты»,
если не собираешься
петь с ним, пить с ним, плакать с ним
или спать.*

Своя стая

«Своих» людей узнаешь мгновенно – к ним не нужно приноравливаться и долго узнавать, чтобы полюбить. «Своих» чувствуешь сразу, как сердечную боль, и не важно, где и как происходит эта встреча.

Ты вдруг просто понимаешь, что вы – одной крови, и с чужаком этим можно разделить свой хлеб, и с ним можно разделить свой бой, и если вы когда-нибудь станете врагами, то это будет честью, а не бедою.

В графе «О себе» я часто пишу: «Закрытая корпоративная тусовка, вход куда строго по приглашениям». Мне вообще кажется, что фраза «Это частная вечеринка» многое объясняет. Ты можешь писать о себе много личного, но в итоге оказывается, что это и не личное вовсе, оно самое что ни есть общее и универсальное, просто об этом не говорят вслух, и когда ты вдруг эту тему затрагиваешь, срабатывает элементарный эффект узнавания. Это как от души посмеяться над собой – только над собой поплакать, понимаешь?

Я очень люблю людей, которым никогда не позвоню в три часа ночи и не попрошу забрать меня на такси. Я очень дорожу теми, кто никогда не обратится с подобной просьбой ко мне. Потому что знаю: моя стая не просаживает деньги в кабаках, когда им плохо, – они идут в зал или бегут на пять километров больше, а чаще всего – просто что-то делают с тем, что сделало им плохо, но уж точно не сидят и не ноют о том, какие все кругом мудаки и меркантильные суки.

По вере дается, понимаешь? По твоей вере, по той, что у тебя внутри. Не бойся растить в себе силу, не думай, что это сделает тебя мужиком. Наоборот – тебе всегда должно хватать собственных ресурсов, чтобы быть способной в сложные времена, если придется, выстоять за двоих, а не биться в истерику: «Ты мужик, тебе и разбираться». Ну потому что в семье не про «ты и я», а про «мы», каждый день про «мы» – по праздникам, выходным и без обеда.

Пока вы оба знаете, ради чего идете рука об руку, плечо к плечу, никакая выюга не страшна, никакие печали. Всегда старайтесь быть лучшей версией себя – не для чужаков, не для посторонних, не для «очень серьезных, очень влиятельных» людей, – а друг для друга. Потому что тот, кого ты выбрала даже не в свою стаю, а в свою нору, кого пустила в свой Дом, кому доверилась настолько, чтобы спать рядом, чтобы спать на спине, раскинув руки, – он для тебя самый важный. И оттого лучшее в себе, самое сладкое нужно тащить именно ему, потому что это – про семью и про дом, про твою семью и про дом, а не про рыночную площадь и улицу, понимаешь?..

Не важно, во сколько ты женишься во второй раз, не важно, во сколько выйдешь замуж в первый. По-настоящему имеет значение только одно – за кого, потому что этот выбор будет определять то, что ты будешь чувствовать все остальное время.

Ибо именно с этим человеком тебе болеть, строить дом, терять и находить работу, переживать взлеты и падения, пить и плакать, стареть и растить детей. Тебе с ним, в конце концов, не только целоваться, но и хоронить родителей. И не только тебе с ним, но и ему – с тобой. Ты чувствуешь, какая это ответственность? Ты понимаешь, насколько это серьезнее и глубже, чем разговоры за кофе?

Поэтому не сдавайся и ищи, пока не почувствуешь его холкой. Равно как и «своих» людей.

Они – опора. Те самые разрозненные точки координат, по которым ты уверенно строишь свой график. Это люди, с которыми безопасно, с которыми можно быть голой, быть пьяной, которых хочется с нежностью целовать в макушку и обнимать. Они не будут проверять тебя на прочность, лояльность, верность, не будут считать тебя богом и даже в мыслях никогда не давать упасть. Они знают, что ты – обычная, очень на самом деле обычная

и простая, и болит у тебя там же и так же, как болит и где больно всем. И поэтому они будут беречь тебя, так же, как будешь беречь их ты: «Если надо – скажи, я приеду». – «Очень надо, но это еще не край».

Стая не семья – ее ты выбираешь самостоятельно. А очень часто – она выбирает тебя сама. Потому что ты дорастаешь до того круга людей, с ритмом сердца которых совпадает твой собственный. И вам не нужно долго и много говорить, чтобы понять: вам точно будет друг с другом комфортно.

Потому что он, этот другой, он как ты.

...только не ты.

Сказка о потерянном времени

Дочь часового мастера, я с детства была научена ценить время, верить стрелкам, знать, как останавливать их движение. На всех моих часах с внутренней стороны есть гравировка от папы, и только стремительно растущая разница между моим возрастом в паспорте и годом отцовского подарка напоминает мне, что «это не время идет – это мы проходим».

У меня никогда не было иллюзий насчет детства, я всегда хотела вырасти. Но в эпоху колготок с двумя шовчиками на попе хотя бы не надо было сильно думать о будущем, обо всех этих «на что жить», «где жить», «с кем жить», и как апофеоз – «зачем». Мир разворачивался картинкой в калейдоскопе, все менялось со скоростью вдоха и выдоха. Вот ночь, вот день, вот еще одна свечка на торте, загадай желание и задуй – все сбудется.

Время проживалось остро, болезненно, ярко, как при лихорадке. Все оставляло след, отпечатывалось на сетчатке, откладывалось хлебными крошками в карманы памяти. Вот здесь тебя обидели, здесь – не выслушали, а туда и с теми тебе просто не хотелось идти, но родители настояли. И самой страшной угрозой взрослым было: «Когда я умру, вы все еще пожалеете».

...Сегодня читаешь новости-некрологи, встречаешь в них знакомые имена и понимаешь, что горькое детское пророчество начинает сбываться все чаще, все неотвратимее.

Обычно страх перед временем возникает у женщин: ну как же, молодость уходит, хотя бы успеть родить, черт с ней уже, с красотой, «тик-так, Кларисса»... Но потом однажды в какой-нибудь обычный вторник ты застываешь утром перед зеркалом в ванной, смотришь на себя – долго, внимательно, как на чужую, – и вдруг осознаешь, что все эти следы времени на твоём теле – тебе на самом деле нравятся. Нравятся морщинки вокруг глаз от того, что ты щуришься, когда смеешься; тени под глазами от работы по ночам; сухая тонкая кожа на шее. Все это лучше любых слов говорит о том, что жить вечно не получится, ты истончаешься, ты постепенно становишься прозрачной. Помни об этом. Празднуй это. Научись уважать следы времени.

...И пока «быстро растут чужие дети», ты все никак не решаешься на своих; сужаешь круг людей, которым доверяешь; больше зарабатываешь, легче тратишь. Перестаешь думать за других, перестаешь придумывать им чувства. Хотят – пусть приходят в твою жизнь, хотят – пусть уходят. Главное, чтобы не стояли в дверях и не блокировали трафик.

Как писала питерская поэтесса Ксения Желудова, «все самое важное начинает происходить, когда тебе становится радостно просыпаться каждый день в самой себе. Когда ты вдруг знаешь, куда девать руки во время разговора и даже во время неловкого молчания; когда умеешь подбирать себе одежду, духи, настроение, а из широкого круга общения проявляются заветные „свои“, люди одной с тобой крови и кости, кому не стыдно и не страшно говорить „люблю“, „скучаю“, „мне плохо“ и, что, пожалуй, чуть ли не самое ценное, „мне хорошо“; когда тебе вдруг начинают идти теплые шерстяные кофты, крупные украшения, лаконичные вещи, простые и понятные без слов отношения – то есть все то, что раньше казалось чужим, незнакомым, надуманным, чересчур картинным. Налаживаются отношения со временем: ты больше никуда не спешишь, но стараешься не медлить. Постепенно исчезает резкость и угловатость движений, и время словно течет сквозь тебя, сливаясь с ритмом твоего сердца...»

...Много лет назад я фотографировала одного молодого человека: экономист, сфера интересов – финансы. На тот момент искал дорогу в жизни, был с головой в работе и учебе, четко ориентирован на карьеру. После мытарств с работой в столице бросил все и уехал искать счастья в Москву.

Несколько лет спустя был проездом в Минске, мы встретились, обменялись визитками. Оказалось, что он занимает отличную позицию в одной из крупнейших международных компаний, успешен, реализован, по достоинству оценен.

Мы пили кофе, я смотрела на этого молодого мужчину, видела, как большой город оставил на нем следы, понимала, что сама вся в таких же, и ловила себя на мысли, что в этом — одна из богатейших радостей жизни: сидеть вот так вот и взахлеб говорить о том, кем мы стали, от имени тех, кем мы были, с ориентацией на то, чему еще только предстоит случиться.

Впрочем, здесь вовсе не про работу речь — здесь про счастье, не сразу и не с кондачка, но через череду уроков и достигнутых вершин; про расстановку приоритетов, к которой мы пришли каждый своей дорогой. И в этом — тоже величайший подарок времени: осознание ценности пути, равной накопленному душой опыту.

И тогда однажды ночью, когда внутри внеплановые хиросимы, нисходит такое спокойствие, что любое «а вдруг» перестает существовать. И это не тоскливая обреченность, не «дешевое отчаянье ночной темноты», а неизвестно откуда взявшееся «так надо».

И поэтому когда станет уж совсем край, ты знаешь: ты справишься.

Твоя глина уже побывала в печке.

Быть одной

Однажды я два года была одна. В сознательном возрасте это немало. А для девушки старше двадцати пяти – так и вовсе «неприлично». Все, кто переживал разрыв длительных (в моем случае восемь лет) отношений, меня поймут: это как разом лишиться половины себя. Иногда – лучшей.

Потому что ты уже просто не помнишь, что такое быть одной. И что в тебе действительно твое, а не «совместно нажитое имущество». Вот эти слова, жесты, мимика, интонации – это твое или от мужчины? А может быть, оно вообще «общее», и при расставании его лучше оставить где-нибудь в пыльном углу в старой квартире, чтобы не напоминало и не мучило?

Первые дни после расставания тебя накрывает полноводной рекой Амазонкой, топит в соленом отчаянье, тащит мордой лица по дну. И за одну-две ночи ты проходишь все ее крутые пороги, в основном болевые, чтобы нащупать пальцами дно своего одиночества и оттолкнуться.

Слова перестают трогать.

Люди перестают трогать.

Казавшееся раньше таким большим и важным становится с ноготок.

Когда я осталась одна, мне пришлось заново учиться ходить – например, в кафе, где на одиночек рассчитаны разве что барные стойки. Я уже молчу о каких-то светских мероприятиях: быть на них без спутника – дурной тон. Но все это ерунда по сравнению с унижением вновь оказаться вхожей в число тех, кого активно вытаскивают из-за стола ловить букет невесты на свадьбе. Одно дело – не знать, что такое его словить. Другое – однажды его уже бросать самой.

В то же время, когда я осталась одна, мне пришлось научиться и куче других вещей – абсолютно восхитительных. Например, вспомнить, каково это – принадлежать только самой себе, ехать, куда и когда вздумается, как угодно поздно возвращаться домой, считать домом то место, где проснулась.

Не готовить, если нет желания. Снова начать покупать себе с каждой зарплаты платье. Ввязываться в авантюры, выходить из них невредимой. Не вредить другим. Вертеть головой по сторонам, замечать чужую красоту, не отворачиваться в приступе тоски от тех, кто влюблен и счастлив.

Заново открыть для себя ценность дружбы – той самой, когда кто-то мигает ради тебя «аварийкой» в ночи и помогает перевозить кошку, фикус, книги и коробки. (Иногда сама не подозреваешь, какой компактной может оказаться твоя жизнь.)

Я научилась полагаться только на себя, ни от кого ничего не ждать, ничего не принимать как должное. Возможно, я не очень хорошо себе представляла, чего хочу, но зато постепенно все лучше и четче осознавала, чего мне точно не нужно. И в отношениях в том числе. Меня не пугала перспектива остаться в старых девах – для меня куда страшнее было не суметь заработать достаточно, чтобы обеспечить себе удовольствие никогда ничего ни у кого не просить. За те два года, что я была одна, я продвинулась в карьере больше, чем в предыдущие пять лет, и в раз шесть увеличила свою рыночную стоимость как профессионала.

Пожалуй, это было время здоровой злости на другого и здоровой мести себе – за нерешительность и глупый страх «А что люди скажут?». Потому что люди не сказали ничего, а некоторые – даже не заметили.

...Когда я была одна, я ела пищу в полупустых кафе, куда шла через укутанные туманом кварталы старых двухэтажек. Много работала. Не видела границ между днями. Моей

самой большой сексуальной фантазией был отпуск. Выходя вечером из офиса, я делала глубокий вдох и ловила себя на мысли, что ничего не помню. Периодически – как меня зовут и кто я, но в основном – о том, что было до этой минуты. Внутри день за днем шла невидимая глазу работа, и «Никогда не смогу принять» превратилось в решительное «Я справилась», а «Я умру без тебя» – в «Не поверишь – я буду жить».

Жалею ли я хоть о чем-нибудь из того времени? Нет. Потому что понимаю, что ничего подобного, возможно, уже никогда не повторится. Но если бы этого не было, я бы никогда не научилась чувствовать одиночество других, понимать его, уважать, быть способной аккуратно разделить и уйти, не сильно наследив в прихожей и выключив за собой свет, чтобы не мешать тому, кто остался.

«...Вселенная мудра и добра ко мне. Поэтому даже если сейчас все идет из рук вон плохо, то лишь для того, чтобы потом стать из рук вон хорошо. Ведь Вселенная мудра и добра ко мне...»

Небесная почта: Вселенная говорит

Я верю в то, что со Вселенной нужно общаться. Учиться видеть знаки, развивать свою чувствительность к ним. Когда внутренние радары настроены на принятие сообщений, почта сверху идет ежедневно: случайно оброненными фразами прохожих, песней в такси, надписью на майке велосипедиста. Сны напитываются символами, как водой, и все, что остается, – слушать, слышать и не забивать фильтры грязью.

А еще – принимать происходящее как дорогу, которую нужно пройти, а не досадную необходимость и временное неудобство. Все неудобные состояния – хорошая практика проживания этих состояний. Внимательного и осознанного, как утро в деревне.

Главное – проживать их в момент, когда они случаются, а не заранее или постфактум. Вечная беда «обдуматых» – постоянно заваливаться или в прошлое, до мысленной изжоги пережевывая сказанное, или в будущее, стирая до основания еще не ношенные мечты. Происходящее же под носом проходит и не замечается – еще вчера не было морщин, сегодня – уже две глубокие.

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.