

Оля Шкарупич

# Остановка на жизнь



# дневник из клиники неврозов

**Оля Шкарупич**  
**Остановка на жизнь.**  
**#Дневник из клиники неврозов**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=24152822](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=24152822)  
ISBN 9785448521928*

**Аннотация**

«Каждый из нас несет в себе некое количество боли, и рано или поздно эта ноша делает жизнь невыносимой. Хотя, казалось бы, объективного повода для страданий нет: ни войны, ни голода, ни зомби-апокалипсиса. Но что-то определенно не так. А как сделать, чтобы было „так“ – не понятно. В таком состоянии можно прожить годы – без цели и без счастья. А можно бороться. Оля Шкарупич рассказывает реальную историю – о пути, пройти который решится не каждый». Венера Галеева, корреспондент «Фонтанка.ру»

# Содержание

Часть 1. Спи, любимая!	5
День 1	5
День 2	31
День 3	39
День 4	44
День 5	54
Конец ознакомительного фрагмента.	55

# Остановка на жизнь #Дневник из клиники неврозов

**Оля Шкарупич**

*То, что людям кажется горьким испытанием,  
часто является замаскированным благословением.  
Оскар Уайльд*

© Оля Шкарупич, 2017

ISBN 978-5-4485-2192-8

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# Часть 1. Спи, любимая!

## День 1

9.00. 25 февраля.

Приемный покой клиники нервных болезней.

Смс от Оли:

*Напиши, как заселят, очень интересно.*

Я:

*Пока еще сижу и жду, когда заселят)))))) пока немного страшно, взяли мазок из горла, носа... И поставили ширму, чтобы я сама у себя взяла мазок из... попы... Блин, я не уверена, что здесь лечат только здоровых людей... Здоровый человек не засунет себе в задницу какую-то фигню на 1 см, когда его от живых людей отделяет всего-то ширма))))))*

*Потом я пошла в другой кабинет... Там меня встретила доктор-психиатр. Она спросила, что меня беспокоит и как я дошла до жизни такой? Я объяснила, что меня довела работа и личная жизнь. Она спросила: пыталась ли я решить этот вопрос суицидальной попыткой? Я сказала, что не догадалась о таком выходе и решила пока обойтись медикаментами))) ... Приготовила попу для очередного анализа, но не пригодилось. Теперь сижу в коридоре. Жду пока «при-*

гласят на отделение».

*Я тут как купец: у меня больше всех вещей. Сапоги, куртка, несколько свитеров, пакет косметики, новый домашний костюмчик, тапочки и носочки с мишками. Специально для больницы купила. Вчера маникюр, педикюр сделала. Даже фен взяла волосы выпрямлять)) еще приколы: тут все в черном. Видимо, чтобы не подумали, что у нас само все прошло.*

11.00. 25 февраля.

Приемный покой клиники нервных болезней.

Бодрая медсестра вышла из кабинета доктора и сказала:  
– Встречаемся на вахте, бахилы с собой.

Мы, в составе 7 человек, пошли через улицу, а она, видимо, через главный корпус больницы. В пункт назначения мы прибыли одновременно. Она заглянула в свой бланк и назвала несколько фамилий людей, которых увела с собой. Нам сказала: «Ждите».

Мы переглядывались между собой, пытаюсь найти «нормального человека» или же откровенно больного. Без результатов. Вернулась медсестра и забрала меня. Привела на пост дежурной медсестры.

Любовь Алексеевна, так зовут медсестру. Женщина средних лет с короткой стрижкой и каштановыми волосами. Она больше похожа на воспитателя детского сада, чем на медсестру психиатрической больницы. Любовь Алексеевна ска-

зала мне: «Садитесь, Викуля» и стала оформлять. Записала телефоны близких мне людей, к кому обращаться в экстренном случае. Что за случай она не объяснила, но и так было понятно, о чем она. На этом же листочке я расписалась, что ответственность несу за каждое действие доктора и готова понести ответственность и за его ошибки. Подпись, подпись, подпись. Любовь Алексеевна выдала мне 2 баночки для сдачи анализов. И тоненькую брошюрку, объясняющую, что такое клиника неврозов, какие тут порядки и режим.

Когда поступаешь в больницу для лечения неврозов, то кажется, что ты один здесь случайно, а все остальные – по призванию. На отделении тем временем началось обычное утро. Женщины в спортивных костюмах и тапочках гуляли по коридору. Кто-то шествовал с чашкой, кто-то с полотенцем. Все улыбались и радовались непонятно чему. Мужчины, также одетые в спортивные костюмы, заносили в палату новую кровать. И тоже улыбались, и были довольны. Я сидела на стуле, ждала, когда меня поместят в палату. Рядом была дверь с табличкой «Палата №6». Символично. Дверь открылась, из нее вышла девушка, вся в бриллиантах и с чашкой. Она посмотрела на меня и спросила у Любви Алексеевны: «Новенькая?». Любовь Алексеевна ответила, что да. Девушка сказала: «Она молодая, давайте ее к нам». И меня поместили в большую 20-ти метровую палату на 8 человек. Сейчас нас было шестеро.

Маша, та самая девушка в бриллиантах, в клинике

31 день. У нее длинные блестящие волосы и фигура модели. Она сидит на кровати у стены и читает книгу Чехова «Палата №6». На соседней кровати лежит Регина. У нее светлые волосы чуть ниже плеч. На вид ей лет 35. Лицо, как у фарфоровой куклы: белое, с правильными чертами и голубыми глазами. Сегодня 41 день ее пребывания здесь.

Рядом с ее кроватью стоит кровать Марины. Мне кажется, что ей лет 25. Круглое лицо, волосы собраны в тонкий хвостик на затылке, она одета в свободный спортивный костюм, который скрывает фигуру. Марина недовольна тем, что ее завтра выписывают. Сказала, что 31 день в клинике – это очень мало.

На кровати у окна лежит Арина, крупная женщина тридцати лет. Сказала, что оказалась здесь после того, как повесилась ее мама. В период стресса набрала 20 килограмм. В клинике 44 дня. Завтра ее выписывают.

И последняя наша соседка Диана. Она нервничает, потому что выписывается сегодня. Длинные волнистые волосы убраны в хвост, большие зеленые глаза. Черное платье, которое она надела, ей велико. В стационаре она провела 35 дней. Первые дни она пролежала в кровати, накрывшись с головой одеялом и плача сутки напролет. У Дианы умер любимый муж.

Я сказала, что меня зовут Вика и, в общих чертах, объяснила, как здесь оказалась. Много плакала, злилась и раздражалась. Мало ела, мало спала. Все с пониманием закивали.

В палату заглянула медсестра и пригласила меня в кабинет заведующей. Вера Константиновна, стройная женщина средних лет, жестом пригласила меня войти и сесть в кресло. Напротив расположился интеллигентный мужчина с пронзительным взглядом, лет 35, в белом халате.

Вера Константиновна сказала, что нам нужно немного побеседовать, чтобы подобрать курс лечения. Бросила взгляд на мою карту и спросила: «Вы у нас в шестой палате, да?». Я ответила, что если уж и лежать здесь, то, как у классика, в шестой палате. Она рассмеялась: «Тем более у вас там одна молодежь. Настоящий пионерлагерь». Я кивнула и начала рассказ о том, как оказалась здесь. Сложная работа – договариваться с клиентами во время кризиса, развод с мужем, которого совсем не любила, за что виню себя до сих пор. И про моего возлюбленного из Польши, с которым быть вместе нам не суждено. Я поделилась, что не чувствую больше опоры и не понимаю, что меня ждет впереди. Просто живу на автомате, лишь изредка испытывая прежний вкус жизни. И часто ощущаю раздражение к окружающим и желание остаться в одиночестве. Просто помолчать.

Вера Константиновна вдумчиво слушала меня, а когда я закончила, представила мне мужчину, сидящего напротив: – Виктория, познакомьтесь, это Виталий Станиславович, ваш лечащий врач.

Виталий Станиславович сказал, что позовет меня позже, чтобы пообщаться, а пока я могу идти в палату. Надо отме-

тить, что в клинике неврозов очень уважительное отношение к пациентам. Весь медицинский персонал общается исключительно на «вы». Каждый медработник помнит имя пациента.

Я вернулась в палату и стала выбирать себе одну из четырех свободных кроватей. Девчонки подсказали, где дует и каких кроватей стоит избегать.

Зная, что ложусь, минимум на месяц, я застыла посреди палаты и не могла принять решение, какую кровать выбрать. Как будто от этого зависела моя жизнь. Я не могла просчитать, какие последствия принесет тот или иной выбор. Мне было стыдно перед девочками. Мне казалось, что я выгляжу, как безумная. Разрешить ситуацию помог Виталий Станиславович, который пригласил меня на беседу.

Мы долго шли по лабиринтам коридоров больницы.

– В больнице давно не было ремонта, – сказал Виталий Станиславович, перехватив мой взгляд. Именно поэтому сейчас его затеяли, и в вашей палате стало восемь кроватей вместо пяти.

Странно, что я не видела облупившейся краски, выцветшего линолеума, старых деревянных оконных рам. Здесь было нечто особенное – доброжелательная атмосфера и ощущение безопасности, что для меня важнее, чем отсутствие ремонта.

Когда я училась на психологическом факультете, один из наших преподавателей сказал, что все наши друзья кра-

сивые. Я задумалась и поняла, что это правда. Я перебирала в памяти лица друзей и не могла найти в них изъянов. Он сказал, что это связано с тем, что внутренние качества намного важнее, чем внешние. И со временем, любовь к внутреннему содержанию создает в нашем представлении привлекательную внешность близкого человека. Атмосфера клиники создавала такой же эффект.

Мы дошли до кабинета Виталия Станиславовича, он открыл дверь, пропустил меня вперед и зашел следом. Мой лечащий врач сел за стол, открыл ежедневник, потер ладони, сказал: «Ладушки» и начал задавать стандартные вопросы:

– Хронические заболевания?

– Нет.

– Гепатит? СПИД? Инфекционные заболевания?

– Нет, нет, нет.

– Операции?

– Нет.

– Больничные листы за последние полгода?

– Да, три раза.

– Как долго? Какие периоды?

– По неделе, ноябрь, декабрь, январь.

Виталий Станиславович оторвал взгляд от блокнота и посмотрел на меня.

– Чем болели?

– ОРВИ.

– ОРВИ учащаются, когда организм находится на преде-

ле. Так он дает себе возможность отдохнуть и наполниться энергией.

И мы снова затронули тему напряженной работы с клиентами. Страх проявить свои искренние эмоции и уйти с этой работы, послав всех к черту, в один день. Развод, женатый любовник и новый выбор своего пути в 30 лет. Точнее, кризис старого пути. Я поняла, что как жила раньше, теперь жить совсем не хочется, а понимания «как хочется жить дальше» пока нет.

Виталий Станиславович посмотрел на меня и сказал:

– Виктория, давайте на чистоту: мы не решим здесь ваши проблемы с работой. Потому что в стране кризис. Мы не решим здесь проблему вашей личной жизни, но вам, слава Богу, не семьдесят лет, поэтому мы понимаем, что у вас все впереди! – в этот момент он выразительно на меня посмотрел и продолжил:

– И будет обязательно. Что касается вашего внутреннего состояния, то здесь мы помочь сможем. Вы выспитесь, уйдет хроническая усталость, приведете мысли в порядок, начнете улыбаться и увидите жизнь в другом свете. А еще, в более ярком и интересном ракурсе.

Он взглянул на меня и продолжил:

– Будем наблюдать динамику вашего самочувствия. Многие спрашивают меня, смогу ли я их вылечить за неделю...

Я его перебила:

– Я никуда не тороплюсь...

Виталий Станиславович улыбнулся:

– Ну, вот и правильно.

Мы договорились, что я зайду к нему через два дня, в пятницу. Сегодня он пропишет мне лекарства.

В клинике есть мужское и женское отделение. Мы встречаемся в столовой и можем проводить вместе время в гостиной. Возвращаясь в палату, я проходила через гостиную. Большая, залитая солнечным светом комната с окнами от пола до потолка. Женщины сидели на удобных диванах и вышивали, мужчины читали книги, журналы и разговаривали друг с другом. Они были похожи на счастливых людей. Их не интересовали ни квартальные планы, ни результаты, они не занимались планированием чужого дохода и не бежали, как гончие за кроликом на металлическом крюке. У них был здоровый цвет и расслабленное выражение лица, улыбки. Создавалось ощущение, что здоровы как раз эти люди, которые перестали напрягаться из-за неважных вещей. Перестали суетиться, заниматься нелюбимым делом и жить чужой жизнью.

У них появилась возможность вылезти из колеса, которое они крутили долгие годы по инерции. Как хомячки. Просто потому, что надо крутить. А сейчас и я больше не кручу это колесо. Я смотрю по сторонам и пытаюсь понять, где мои реальные потребности, а где те, которые навязывает мне общество, работодатель, семья.

Я вижу себя в зеркале – уставшую, раздраженную, вымо-

танную, сравниваю с пациентами психиатрической клиники и понимаю, что я больше похожа на больного человека, чем они. И это разрушает мое предыдущее представление о жизни и восприятие мира.

Самый главный вопрос: занимаюсь ли тем, что меня радует? Полезна ли я? Или пытаюсь доказать всем, что я чего-то стою? Если да, то зачем я это делаю?

Я вернулась на отделение к обеду. В столовой выстроилась очередь из пациентов в домашней одежде со своими чашками и ложками. Я тоже встала в очередь. Тарелки у меня с собой не было и девочки, соседки по палате, попросили у повара для меня тарелку. Повар, женщина с перманентным макияжем и в синей шапочке, сказала:

– Вика, не проси привезти тебе тарелку из дома. На вот эту, – она подала мне глубокую тарелку с орнаментом из цветов, – вернешь, когда будешь выписываться.

И она улыбнулась, отчего лицо стало добрым и приветливым.

– Чашка-то есть?

– Есть.

– Неси сюда, компот тебе налью.

И она еще раз улыбнулась, наливая мне в тарелку гороховый суп.

Надо заметить, что питание в нашей клинике как в хорошей платной столовой.

За каждой палатой закреплен стол. Мы сели за свой сто-

лик, и Маша начала рассказывать, как оказалась в клинике.

– Три года назад я родила сына. Сначала все было нормально, но знаешь, – она поправила волосы и посмотрела на меня, – я не могла его никому доверить. Слишком долгожданным он для нас был. Я мало спала: все время к нему вставала, проводила с ним каждую минуту своего времени и была безгранично счастлива.

Она мечтательно улыбнулась и посмотрела куда-то вдаль, как будто вспоминала счастливое время. Потом нахмурилась и грустно продолжила:

– А в последние полтора года я стала раздражаться и срываться на ребенке и муже. Потом потеряла сон, аппетит и желание вставать по утрам. Не могла заснуть от сильнейшей головной боли, боли в сердце и животе. Муж забеспокоился. И я начала ходить по врачам, они назначали магнитно-резонансную, компьютерную томографию, ультразвуковую диагностику, но все обследования показывали, что я абсолютно здорова.

Она наклонила тарелку, чтобы зачерпнуть остатки супа и продолжила:

– А потом мы обратились к очень дорогому психотерапевту. Лечение 2 раза в неделю по 5 часов, перерыв 10 дней. Потом снова 2 раза в неделю по 5 часов и перерыв на 20 дней. В третью сессию стало понятно, что терапия не помогает.

Маша замолчала и отставила пустую тарелку в сторону. Взяла стакан с компотом, выпила глоток и хихикнула:

– Ты знаешь, сейчас весело вспоминать, как дорогуший психотерапевт сказала на третьей сессии, что ее лечение не поможет, потому что «она не справится» и направила меня сюда, в клинику нервных болезней.

Маша улыбнулась, поставила стакан с компотом на стол, нежно обняла его руками и закончила:

– Я уже и не помню, когда у меня в последний раз болела голова. Каждый день с удовольствием просыпаюсь. Я выпалась, книг начиталась, отдохнула. И еще поняла, что очень важно оставлять время для себя. Тогда мой сыночек, – она крепче сжала стакан в ладошках, – будет видеть всегда довольную маму. Мы еще долго разговаривали о сыне и муже, и постепенно в столовой никого не осталось. И пришла наша очередь дежурить.

В клинике обязательным условием лечения является трудотерапия. Это значит, что пациенты одной из палат после еды моют полы в столовой и убирают со стола, а также наводят порядок в своей палате каждый день по очереди.

И это весело. Кто-то сдвигает столы, чтобы проще было мыть пол, кто-то убирает стулья и протирает столы.

Столовая – это большое и светлое помещение с телевизором, чайником и холодильниками. Телевизор можно включать дважды в день на пару часов, в холодильник – класть свои продукты (обязательно с пометкой: фамилия пациента и номер его палаты), чайником можно пользоваться круглосуточно.

После обеда все моют свою посуду и расходятся по палатам: время тихого часа. Волшебные минуты для тех, кто на износ трудится на работе, которую не любит.

Перед тихим часом я написала список, что мне потребуется в больнице, но, чего я с собой не взяла. Он получился внушительным и некоторые вещи были нужны еще вчера.

Туалетная бумага

Ватные диски

Одноразовые перчатки

Чай

Маленькая ложка

Кофе и сливки

Кефир

Фрукты

Что-нибудь к чаю.

Поняла, что не знаю, где ближайший магазин и спросила:

– Девочки, а где здесь супермаркет?

Маша лежала на кровати, закутавшись в уютный плед, и читала книгу. Она отложила книгу и сказала:

– В магазин тебе пока нельзя. Первые три дня ты должна провести на отделении. На четвертый день можешь выйти во двор и погулять, но только на территории...

Я испугалась и перебила ее:

– Маш, как нельзя выходить? Мне никто не сказал, что будут какие-то ограничения в перемещении. Более того, доктор, которая меня принимала, сказала, что на выходные от-

пустят домой.

Маша поспешила успокоить меня:

– Не переживай! Это для того, чтобы тебе плохо не стало где-нибудь. Тебе же таблетки выпишут, а у них бывают побочные эффекты. Поэтому первые дни все новички под наблюдением.

Я немного успокоилась. Подумала о маме и спросила:

– А когда домой отпустят?

Маша села удобнее и ответила:

– Через 2—3 недели отпустят в первый раз домой. Дома, по стандартам, надо провести 11 выходных дней. Получается 6—7 недель в стационаре. За это время, в соответствии с подобранным для тебя лечением, пьешь таблетки (у всех разные и разная доза), ходишь на физиотерапию, которую назначит доктор. И занимаешься творческой терапией по желанию (рисование, вязание, рукоделие). Доктор может назначить терапию танцами и лечебную физкультуру (ЛФК). Кстати, ЛФК – это отличный пилатес.

Маша так легко об этом говорила, что мои тревоги рассеялись.

Регина, которая все это время внимательно слушала нашу беседу, добавила:

– В соседнем здании находится Андреевский храм. Туда можно приходить на службу и для беседы с настоятелем. Записки «за здоровье» и «об упокоении» от пациентов принимают бесплатно.

Я поймала себя на мысли, что мне все больше нравится это место.

Дверь открылась, и в палату зашла высокая, полная женщина с короткой стрижкой и карими глазами на круглом, как блинчик, лице. В руках у нее была куча подушек, белье и полотенца. Она весело уточнила:

– Новенькая?

Я кивнула.

Она выдала мне белье, 2 подушки, 2 одеяла, вышла из палаты, вернулась и занесла 3 матраса.

Я удивленно округлила глаза:

– Зачем так много?

Она подмигнула:

– Чтобы было удобно спать.

Я застелила кровать, повесила часть одежды на старые вешалки, заселила свою тумбочку новыми жителями и почувствовала... радость от того, что здесь нахожусь.

Позвонила маме и сообщила, что все хорошо, чтобы она не волновалась. Выключила телефон, потому что мне не хотелось никого ни слышать, ни видеть с работы. И поняла, что здесь настоящий рай для психологически выгоревших и уставших от жизни людей.

На девочек, которые здесь давно, приятно смотреть: они очень спокойные и сдержанные. Они не смеются громко, как на грани нервного срыва. Их не раздражает мелодия телефона, который кто-то забыл поставить на режим «без звука».

Когда начинается какофония звонков, они продолжают мирно разговаривать друг с другом. В то время как у меня сводит скулы от злости и возникает желание выкинуть в окно телефон и следом его хозяйку. И я понимаю, что у них с нервами все в порядке. А у меня очевидно нет.

И, слава Богу, что я здесь оказалась до того, как стали отказывать руки и ноги.

Так было у Арины. Она спокойно рассказывает свою историю:

– Несколько лет назад я развелась с мужем и потеряла смысл жизни. Я продолжала читать лекции в институте, работала с заказчиками. Только я изменилась: вместо приветливой Ариши, стала злобной и крикливой Ариной.

Она тяжело вздохнула и продолжила:

– Это случилось в декабре. Я поздно вернулась домой после лекции в институте. Открыла дверь своим ключом, включила свет и увидела... – она шумно сделала вдох, – ноги мамы, висящие в полуметре от пола. Дальше ничего не помню.

Она замолчала, чтобы не заплакать. В палате стало тихо. Мы все внимательно смотрели на Арину. Маша встала с кровати и сделала шаг в ее сторону, но Арина жестом остановила ее и грустно улыбнулась. Перевела взгляд на свои колени и тихо сказала:

– Помню только, что оказалась здесь. Меня волокли друзья, потому что идти самостоятельно я не могла. У меня началась истерика. Вкололи 2 кубика феназепамы, чтобы я

уснула. Но это не помогло. Заведующая сидела со мной всю ночь. Я просила еще успокоительное, а Вера Константиновна объясняла, что ее задача «не заколоть» меня, а вылечить. Так закончилась моя первая истерика.

Арина подняла на нас глаза и затараторила:

– А дальше 44 дня приема разных медикаментов для крепкого сна, для полного спокойствия, и я вернулась в мир улыбок и возможностей, – она замолчала и расправила плечи, как будто избавилась от тяжелого рюкзака.

Арина вызвалась провести экскурсию по нашему отделению. Мы вышли в коридор. Она показала розетки, где можно подзарядить телефон.

– Вот здесь, – Арина открыла дверь в подсобное помещение и указала на кран, – наливают воду в чайник. За соседней дверью находится ванная комната, а здесь, – она открыла белую дверь рядом с ванной, – туалет.

Мы возвращались в палату, и она продолжала со мной делиться:

– Ты знаешь, раньше мне было страшно возвращаться домой. Я каждый раз представляла, что снова увижу мамины ноги, висящие в нескольких десятках сантиметров от пола. Я думала, что не смогу жить в этой квартире и продам ее. Теперь понимаю, что не продам. Все в порядке, я смогу жить там дальше.

Я обратила внимание на ее важные, вскользь брошенные слова: «Все в порядке, я смогу жить там дальше».

Было время тихого часа, и я легла на кровать. Маша и Регина спали, а девчонки, возбужденные завтрашней выпиской, о чем-то шептались. Я провалилась в сон. Яркие цветные образы сменяли друг друга. В моем сне не было людей, даже Мартина, простодвигающиеся цветные горы и холмы.

Вдруг я услышала слово «кофе» и почувствовала, как морфей разжимает свои объятия. Мне страшно захотелось выпить черного кофе.

Нужно было этот кофе где-то достать. Так как мама сдала свою машину в ремонт, я попросила закупить и привезти все необходимое Глеба. С ним мы познакомились четыре года назад и стали общаться. Несмотря на то, что Глеб – высокий широкоплечий красавец с карими глазами, между нами никогда не было даже намека на любовные отношения. Мы дружили. Потом он женился, я вышла замуж, но мы продолжали общаться. Глеб из тех людей, которые «кто, если не я?». Его можно просить о помощи, и он никогда не откажет. Он спасет котенка на дороге, замерзающего на морозе бомжа. Он никогда не пройдет мимо, если требуется мужская помощь. Его жена этого не оценила, поэтому сейчас у него сложный период после развода. И даже в этой ситуации Глеб не сказал о ней ни одного плохого слова. Более того, он даже помогает ей по необходимости. Я его безгранично уважаю. Именно поэтому он один из немногих, кто знал о том, что я ложусь в клинику.

Я позвонила Глебу. Глеб сказал: «Пиши смс».

Я написала:

- сахар (лучше кусочками)
- кофе маленькую баночку
- маленькую ложку
- чай зеленый
- что-нибудь к чаю (вафельки/мармелад/печенье)
- ватные диски
- хлебцы
- кефир (2 шт.)

Аптека:

Стрепсилс от горла

*И заранее спасибо!! К маме обращаться не хочу, она машину в ремонт сдала, потащит все это на себе. А больше никого просить не хочу... Поэтому еще раз спасибо, если получится. Телефон у меня почти всегда выключен, чтобы с работы не беспокоили. Поэтому, если не сложно, напиши приблизительно, когда тебя ждать, чтобы я телефон не выключала.*

Обнимаю

Глеб:

*))))))))) , ты жжжешь, а когда надо?*

*Могу завтра в обед постараться*

Я:

*Было бы супер. Но с трех у меня тихий час, выбраться не смогу.*

*P.S. А еще очень хочется бананов... Здесь, знаешь ли, с ба-*

нанами... напряженно;))))))

Глеб:

*Я смотрю, ты туда совсем не собиралась, да?*

Я:

*Ты прав, даже перчатки одноразовые забыла))*

Глеб:

*Ок)*

Ну, все, запас продуктов на неделю мне обеспечен. Спасибо Глебу. Рулон туалетной бумаги мне дали девочки, одежда пока есть. Жизнь налаживается.

После ужина мы встали в очередь за лекарствами. У медсестры карточка с нашими фамилиями и перечнем препаратов, которые прописаны каждому. Мне на ночь полагалось выпить только половинку успокоительной таблетки. Меня это очень обрадовало. Самое страшное, что могут предложить вам, по мнению новичков в нашей клинике – это феназепам. Все знают, что к нему возникает привыкание и состояние сна наяву. Мне выписали половинку успокоительного. Я почти здорова. Это приятно.

С половины восьмого до десяти часов вечера можно включать телевизор в столовой. Там есть такая специальная корзинка, на которую скотчем приклеена бумажка с надписью «для пульта». Мы всей палатой пришли в столовую, чтобы попить чаю. Телевизор был включен, телеведущий новостей вещал о чем-то кровавом и опасном.

Маша взглянула на экран и сказала:

– У меня возникают сомнения: действуют ли на нас антидепрессанты во время просмотра новостей? Мне кажется, для тех, кто следит за новостями, дозу таблеток надо увеличивать вдвое.

Я кивнула и добавила:

– Знаешь, мне жаль моих бабушек, которые привыкли, что по телевизору говорят только правду. Теперь они считают, что самолеты разбиваются каждый день, педофилы постоянно пристают к детям, а корабли тонут не реже раза в неделю.

Они часто не понимают, что самолеты падали и раньше, просто этого не показывали крупным планом, не снимали чужое горе и не пускали по всем каналам, стремясь привлечь как можно больше зрителей к экрану, чтобы дать рекламу. Знали бы они, сколько стоит реклама в прайм-тайм...

Регина поставила кружку с горячим чаем на стол и задумчиво произнесла:

– И не было раньше Андрея Полтахова, который находит страшную историю из малого села Ивановской области и не рассказывает о ней на всю страну! А между тем, телевидение – это четвертая власть!

Я вспомнила, как папа однажды сказал:

– Психика человека буквально заточена на переработку негативной информации. И поэтому, переключая каналы, мы чаще останавливаемся на программах «кровь-кишки», чем на телепередаче «в гостях у счастливой фиалки». И этим

пользуются журналисты, составляя новости, ток-шоу и другие программы.

Он добавил:

– Все новости давно уже строятся по схеме «много плохих – одна нейтральная – одна хорошая», чтобы приковать телезрителя к экрану и помочь сформироваться установке «мир страшен и опасен и, пожалуй, посижу-ка я дома... Посмотрю телевизор»!

А между ненужной и страшной информацией, придется смотреть рекламу, призывающую:

«Не зарабатывай деньги – возьми кредит.»

«Не лечи простуду шерстяными носками и малиной – сразу хватайся за антибиотик!...»

«Твоей машине уже 2 (!!!!) года, пора менять! И вот, кстати, скидка!...»

«Тебе некогда сделать ребенку пюре в блендере? Вот тебе – готовая баночка!»

«И для кота некогда? Вот тебе – пакетик!»

«И не забудь, что единственный путь наладить отношения со свекровью – это вовремя достать мезим...»

И, конечно же, майонез поможет выйти замуж!

Я поняла, что кто-то зарабатывает на этом деньги, а кто-то теряет нервы и веру в себя.

Регина подвела итог:

– И сотни опытных манипуляторов составляют программу телепередач с одной единственной целью: привлечь

к экрану как можно больше зрителей, чтобы показать рекламу товаров, которые мы потом захотим купить.

Мы пили чай. Я смотрела на Регину и пыталась угадать, сколько ей лет. Лучики морщинок на тонкой коже вокруг глаз позволяют угадать возраст женщины. Но больше чем морщинки возраст женщины выдает ее взгляд. Несмотря на идеальную кожу, девичью фигуру и звонкий смех, благодаря которым Регине не дашь и тридцати лет, было достаточно заглянуть в ее глаза, чтобы понять, что она значительно старше, чем может показаться. Ее глаза потухли. Так, как она, смотрят женщины, которые перестали верить мужчине.

В палате нас встретила недовольная Марина. Она поделилась:

– Я не хочу отсюда выходить! Посмотрите на мои руки, – она вытянула вперед ладони, – они трясутся! Я не могу уснуть! Мне не вздохнуть, – она демонстративно набрала в грудь немного воздуха, – меня не долечили!

Она резко села на кровать. Казалось, она сейчас начнет топтать ногами от бессилия и злости. Зазвонил телефон, она взяла трубку и грубо сказала:

– Да! Ну чего тебе?

Я вышла в коридор и не слышала продолжения разговора. Маша вышла следом за мной, чтобы помыть чашку. Я поинтересовалась:

– Маш, а что с Мариной? Почему она так не хочет возвращаться домой?

Маша села на диванчик, поставила рядом чашку и сообщила:

– У Марины дома нелюбимый муж. Она сама так говорит. Она не работает и сидит с пятилетним сыном. Денег не хватает, и она его за это ненавидит.

Я ответила:

– Понятно. Наверное, в их семье есть проблема, которую они не решают, а находиться здесь – это возможность с этой проблемой не сталкиваться. Я ее понимаю.

Маша сказала:

– Знаешь, Вика, я так по мужу скучаю. Я постоянно Бога благодарю, что он мне его послал. Он замечательный, – она улыбнулась, вспоминая мужа.

Я поняла, что она до сих пор влюблена.

– Маш, а как вы познакомились?

Маша начала радостно делиться:

– Я окончила университет и устроилась на работу секретарем генерального директора в крупную компанию. Ну, то есть я стала секретарем своего будущего мужа.

Она посмотрела на меня и засмеялась:

– Я знаю, звучит банально. Но у нас все было не так, как у всех. Я даже подумать не могла, что мы будем вместе. Но он стал дарить мне маленькие подарочки, потом переписка смс, а потом он сделал предложение, и мы поженились. Потому что он особенный мужчина, – Машины глаза сверкали от счастья.

Из палаты вышла Марина, одетая в куртку, продолжая разговаривать по телефону:

– Я поняла уже, что ты не сможешь меня забрать! И не лезь тогда со своими советами! Я сама разберусь!

Она резко нажала кнопку «отбой» на телефоне и сквозь зубы прошипела:

– Козел!

Она прошла мимо, держа в руках пачку сигарет. Я спросила у Маши:

– Как думаешь, мы сами ответственны за свое счастье?

Маша уверенно сказала:

– Конечно! Особенно за женское счастье. Это как в шутке: когда мы перестаем быть принцессами, к нам приходят не принцы, а кони!

Знаешь, я всю жизнь верила, что мужчина – это часть Бога на Земле. И встретила своего мужа. И с ним не хочется говорить «я сама». Потому что он настоящий мужчина, – она улыбнулась. – Мне кажется, что мы сами создаем себе трудности: соперничаем с мужчинами на работе, доказываем им, что мы не слабые. А зачем? – она пристально на меня посмотрела, как будто я знала ответ, – Мы слабые, Вика, это наша природа и надо это просто принять. Только тогда мужчина, с которым мы рядом, будет сильным!

В 22.00 все лежали в кроватях. Зашла медсестра, назвала мою фамилию и велела идти в процедурный кабинет.

Я спросила:

– Зачем?

Она ответила:

– На укол!

Так я узнала, что мне прописали 2 кубика феназепама. Мне единственной из нашей палаты делают уколы. Я очень расстроилась.

Девочки сказали, что первые 3 дня феназепам прописывают всем пациентам, чтобы они успокоились. Я понимала, что это правильно. Потому что самостоятельно мне не остановиться. Я все продолжала что-то планировать, куда-то спешить. Придумывала, чем буду заниматься сегодня, завтра, послезавтра. Я постоянно куда-то бежала, точнее от чего-то... Феназепам подействовал быстро. Я устроилась поудобнее и мгновенно уснула. Конечно же, я сказала в полудреме: «Сплю на новом месте, приснишь жених невесте» – и провалилась в сон.

## День 2

В эту ночь мне ничего не снилось. Я проснулась от того, что медсестра приоткрыла дверь в нашу палату и сказала: «Девочки, поднимайтесь! Надо померить давление».

Любовь Алексеевна надела мне на руку манжету и спросила:

– Ну что, Викуля, приснился вам жених на новом месте?

– Нет, – ответила я.

Она спросила:

– Наверное, не загадали?

– Загадала, но видимо феназепам помешал ему зайти.

Любовь Алексеевна рассмеялась.

Утро потекло своим чередом: анализы, душ, умывание, завтрак, таблетки. На первое время мне выписали антидепрессанты, феназепам и успокоительное. Все по половинке таблетки.

Со второго дня начались процедуры. Надо было спуститься в подвал. Там проводят процедуры: циркулярный душ, дорсенваль, инфита-терапия и хвойные ванны.

Все направлено на восстановление истощившейся нервной системы. Во второй день у меня по расписанию циркулярный душ и инфита.

Циркулярный душ принимают в полубоксе. Он оборудован трубками для подачи воды со всех сторон: в вертикаль-

ном и горизонтальном положении. Вода подается под сильным напором, поэтому стоишь и ощущаешь, как жесткие струи воды нещадно бьют по голому телу. Длится это минут десять, потом коренастая женщина, похожая на немку, кричит: «Выходим».

Инфита-терапия – это вообще странная вещь. Надо смотреть в серый, мутный экранчик, где отражаются твои глаза. Смотреть надо пять минут. Врачи говорят, что это метод биорезонансного лечения. На мой взгляд, это больше похоже на возможность наконец-то заглянуть в свои глаза, как в зеркало души. Я увидела уставшие, несчастные глаза семидесятилетней старухи и не нашла в них ни любви, ни надежды, ни ожидания светлого будущего. Глаза казались старыми и какими-то больными. Зазвучал сигнал, и это означало, что сеанс завершен. Я встала и пошла в палату.

На отделении было время обеда. Я встала в очередь за рыбным супом, от второго отказалась. Не хочу выйти отсюда толстой. От таблеток состояние напоминает песню «а когда на море качка»: постоянно штормит и хочется спать сутки напролет.

Вернувшись в палату, я поделилась с девочками:

– Настроение улучшилось, пропала злость, но ухудшились память и зрение. Что ж, за все надо платить.

Арина, которая собирала вещи – ее сегодня выписывают – засмеялась и ответила:

– Мы все через это проходили. У меня целые дни выпали

из памяти, – она посмотрела на меня и застегнула большую спортивную сумку, – зато сейчас чувствую себя, как новенькая.

Она сдула прядь волос, выбившуюся из прически, и отнесла сумку к двери.

– Вика, перебирайся на мою кровать, – участливо сказала она, – на ней всегда тепло. Можно с утра смотреть в окно и батарея рядом. И я заняла ее кровать, теплую, у батареи, и уснула глубоким сном.

Проснулась под вечер. На соседней кровати разбирала вещи стройная и невысокая девушка. На вид новенькой 27 лет. У нее длинные черные волосы, заплетенные в косу, острый носик и тонкие губы цвета спелой вишни. Глаза широко распахнуты, их обрамляют густые пушистые ресницы, как у лисички (если у лисички есть ресницы). Она аккуратно сложила вещи в тумбочку. Потом сняла джинсы и черную водолазку, облачилась в свободный спортивный костюм и посмотрела на меня.

Я прошептала:

– Привет! Я – Вика.

Она смущенно улыбнулась и ответила:

– А я Даша.

Я сказала:

– Добро пожаловать!

В палату ворвалась Марина. Сегодня она была в отличном настроении – ей назначили новое лечение, а значит, она еще

пару недель проведет в клинике. Она громко спросила:

– Кто идет на занятия по рисованию?

Я поняла, что если сейчас не встану с кровати, то снова погружусь в сон. Забеспокоилась, что теряю былую активность. С этим надо что-то делать, поэтому я вопросительно посмотрела на Дашу:

– Пойдем?

Она пожала плечами:

– Пойдем.

Пока мы шли в кабинет, Даша спросила:

– Ты часто рисуешь?

Я усмехнулась:

– Сесть и порисовать – это моя давняя мечта. Но она никак не могла сбыться: то работы много, то сил после нее нет.

Мы дошли до кабинета, я открыла дверь и увидела пожилую женщину. Она сидела за столом и что-то писала. Когда мы зашли в комнату, она подняла глаза. Я никогда не видела таких добрых глаз. Она согревала взглядом, как солнечными лучами.

– Вы пришли порисовать?

Мы, не сговариваясь, кивнули.

– Тогда берите карандаши, – жестом указала на коробку с цветными карандашами, – и выбирайте изображение, с которым будете работать, – она протянула нам пачку листов и открыток.

Я выбрала подсолнух. Даша – птичек на ветке, и мы при-

нялись перерисовывать картинку. Мы легко заговорили о сокровенных вещах, чёркая цветными карандашами по листу бумаги.

Даша рассталась с любимым мужчиной несколько лет назад и решила боль хорошенько заесть. Молодой организм быстро набрал пару десятков килограммов. Даша себя возненавидела. Свое некрасивое, жирное тело. Но каждый раз, находясь в стрессе, она много ела и не могла остановиться. После того, как наедалась, засовывала два пальца в рот, чтобы вызвать рвоту. У Даши булимия. И это сложнее, чем просто поел и обнял белого друга. Но до знакомства с Дашей я об этом не знала.

Она взяла зеленый карандаш, чтобы раскрасить листики на ветке, и спокойно сказала:

– Я долгое время думала, что справлюсь сама. Но не смогла. Теперь я, в основном, ем творог, йогурт и каши. Мясо пищеварительная система не принимает, испорчена безвозвратно. Пострадали и зубы: кислота из желудка слишком часто на них попадала.

Она продолжала водить карандашом по листу бумаги, не отрывая глаз.

– Я говорила с психологом, и он порекомендовал обратиться в эту клинику. За мой непростой случай взялась Марта Андреевна. Молодая, красивая и целеустремленная женщина. Опытный доктор. Она сказала, что лечение в стационаре продлится не меньше двух месяцев.

Когда мы вернулись в палату, то заметили, что Маша чем-то встревожена. Я спросила:

– Что стряслось?

Маша грустно поделилась:

– Возможно, нас будут переводить на пятый режим.

Даша заинтересовалась:

– Что за режим?

Маша шумно вздохнула и ответила:

– Два раза в неделю приезжаешь в стационар, чтобы взять таблетки и поговорить с лечащим доктором, – она махнула рукой, – считай, выписывают.

Регина добавила:

– Все из-за того, что на втором отделении начался ремонт. Теперь часть пациентов переведут к нам, а нас будут стараться отправить домой.

Так мы узнали, что Машу выписывают в понедельник. Регину – через неделю. И уже завтра, в пятницу, их обеих отпустят домой на выходные.

Я спросила Регину:

– Кто тебя ждет дома?

Регина пожалала плечами:

– Только дочка. Правда она думает, что я лечу спину, – она заметила мой удивленный взгляд, – не хочу расстраивать, что я лечусь из-за четвертого суда с ее отцом.

Я удивилась:

– Дочка маленькая? Не знает про суды?

Регина усмехнулась:

– Для меня всегда будет малышкой. 23 года.

Я присвистнула:

– Регина, а сколько тебе лет, если не секрет. Я думала, что чуть за 30. Теперь у меня пазл не складывается.

Маша засмеялась:

– Да, Региша у нас такая: вечно молодая и красивая, – она села рядом с Региной и обняла ее, – давай, шокируй девочек своим возрастом!

Регина улыбнулась:

– Мне 47 лет.

Я смотрела на нее и не могла поверить. Гладкая кожа, стройная, почти девичья фигура. Ей любуешься: плавные жесты, красивая речь, мелодичный голос.

Я показала Даше туалетные комнаты и душевую, одну на все женское отделение, но это никому не мешает помыться. Доступ есть почти всегда. Тем более что напротив мужское отделение, и хочется хорошо выглядеть.

Вечером мысли стали путаться окончательно. Только помню, как забыв, что мы уже ужинали, я собиралась поесть еще раз. Медсестра доходчиво объяснила, что вечерняя трапеза уже закончилась.

Радует что, по словам девочек, феназепам скоро отменят. Хотя благодаря ему можно, наконец-то, выспаться.

Меня позвали на укол и после, едва коснувшись головой подушки, я уснула. Сон был глубоким и ничего не снилось.

В палате нас по-прежнему пятеро: Маша, Регина, Марина,  
я и Даша.

## День 3

Медсестра открыла дверь в палату и сказала: «Девочки, просыпаемся!».

Затем произнесла несколько фамилий, в том числе и мою, и пригласила на пост, чтобы измерить давление.

Давление у меня здесь, как у космонавта. Это радует. С завтрашнего дня я смогу выходить на улицу, хотя совсем не хочется. Мне нравится спать, писать и читать.

Я злюсь, когда звонит телефон, и на экране высвечивается номер руководителя. Он звонит по десять раз в день. Он не понимает, что, если человек лежит в больнице, то надо его оставить в покое. И решать вопросы самостоятельно. Телефон не выключаю – жду звонка от Глеба.

После завтрака я спустилась в подвал на процедуры. Сегодня – дорсенваль. Я не верю, что электрическая расческа изменит мой подход к жизни, но волосы определено станут лучше, и это уже неплохо.

Вернувшись в палату, узнала, что у нас новенькая, она плачет. Мы предложили ей выбрать свободную кровать. Потом я перевела взгляд на шторы, все заляпанные, в пятнах, и решила, что нам для начала стоит поменять шторы.

Я помчалась к заведующей:

– Вера Константиновна, можно нам шторы поменять?

– Конечно, спросите у сестры-хозяйки. Постирать точно

можно.

– Спасибо, я тогда ее попрошу.

– Если она откажет, скажите мне. Сделаю так, чтобы она согласилась.

Я закрыла дверь, потом чуть-чуть приоткрыла ее и с улыбкой попросила:

– Вера Константиновна, вы только это... Феназепам мне не увеличивайте за мою активность...

Вера Константиновна рассмеялась.

Я побежала к сестре-хозяйке и получила чистые шторы. Потом мы нашли мужчину с высокой стремянкой и их повесили. Помыли полы. Пригласили симпатичных парней из мужского отделения и переставили кровати. Даже как-то легче дышать стало, и палата выглядела уютней. Перестановки заняли много времени, из-за чего я чуть не опоздала на встречу к Виталию Станиславовичу.

Виталий Станиславович был у себя в кабинете.

– С чем пожаловали?

– Мы договаривались.

– Я не помню, – задумчиво протянул он и постучал ручкой по столу.

– Зато я помню, мне тут нечем больше заняться, кроме как помнить, когда у нас с вами встреча.

Он улыбнулся.

– Виктория, как себя чувствуете?

– Постоянно хочу спать, и меня шатает.

– Это нормально, так будет до понедельника. Потом, когда расслабитесь, я изменю вам терапию.

– Хорошо.

– Как спите?

– Крепко.

– Это хорошо. Ладно, отдыхайте, – он взял чашку и насыпал две ложки кофе.

Я поспешно сказала:

– Доктор, я на лечебную физкультуру хочу и на занятие в психотерапевтической группе.

– Так рано еще. Врач ЛФК в отпуске.

– Но она же выйдет из отпуска?

Виталий Станиславович усмехнулся.

– Хорошо, тогда я вас и запишу.

– А группы?

– Напомните в понедельник. А пока отдыхайте. Высыпайтесь.

Он улыбнулся и включил чайник.

На отделении было время обеда. Мы съели вкусные кислые щи и разошлись по палатам. Убрались в палате и легли спать. Тихий час в нашей клинике может превратиться в два. Поэтому, когда я проснулась, настало время ужина.

В палате я и новенькая – Лана. Она постоянно плачет. Мне очень захотелось ей помочь.

Я спросила, есть ли у нее тарелка, вилка, ложка, бумага? (это стандартные вопросы для вновь поступивших). Она

сказала, что тарелку не взяла, и я ей объяснила, что ничего страшного, потому что тут обязательно дадут. Она продолжала плакать. Я спросила, что у нее стряслось? Оказалось, погиб сын. Разбился на мотоцикле, и она до сих пор о нем горюет. Она уже седая, лицо покрыто рытвинами, вокруг глаз борозды морщин. Не дай Бог никому такое пережить.

Я спросила, есть ли у нее еще дети. Она кивнула и тихо сказала, что есть дочка. Я, наверное, как все, сказала:

– Ну, слава Богу.

И осеклась. Разве может один ребенок заменить другого? Очевидно, нет. Может ли он немного успокоить того, кто спрашивает? Очевидно, да. Типа «ну хоть кто-то остался».

Мы помолчали и отправились ужинать.

В пятницу у нас скучно. Заняться нечем. Только сон.

В 9 мне вкололи 2 кубика феназепама для сладкого сна. И сказали, что завтра уже уколов не будет. А жаль. После них засыпаешь, как младенец. И спишь глубоким-глубоким сном. Чувствую, что даже за эти три дня я стала спокойнее. Дружелюбнее. Но меня выводят из себя звонки с работы. Не понимаю, как можно звонить по шестнадцать раз человеку, который лежит в больнице?

Я поняла, что больше не люблю свою работу. Мой руководитель яростно нарушает личные границы. Своими поступками он напоминает, что я всего лишь винтик в системе, которую надо сохранить любой ценой.

Сегодня Виталий Станиславович спросил:

– Как у вас с выражением злости?

– Плохо! Плохо! У меня с этим, Виталий Станиславович.

Могу ехать в машине и кричать.

– На кого?

– На себя, видимо...

Я возвращалась на отделение и думала, что мне хочется быть с мужчиной. С которым будет приятно общаться, и который поможет мне вернуться к нормальной жизни. Прошел ровно месяц с тех пор, как мы с Мартином в последний раз разговаривали. Это причиняло боль. Он стал таким далеким, и я перестала чувствовать его. Целый день слонялась из угла в угол и думала о нем, с перерывами на сон.

Вечером мне сделали укол феназепамы. Я хотела лечь спать, но тут позвонил Глеб. И мы решили съездить за продуктами. Из-за препарата в крови я плохо соображала. Мысли путались. Вышла из клиники, не снимая бахил, и встала на проезжей части. Глеб остановился, я села в машину.

– Ты чего в бахилах? – удивленно спросил он.

– Нам сказали, что бахилы в дефиците, поэтому надо носить те, что надел при заселении.

– Ясно... Ты их хоть в машине сними...

И тут начались чудеса. В магазине мы целовались у стоек, когда выбирали мне цветы и кеды, кефир, бананы. Поцелуи продолжились, когда мы сели в машину и занялись сексом на заднем сиденье. Неожиданный секс с другом. В первый раз.

## День 4

Все время хочется спать. Мы проснулись, встали, умылись, поели и снова улеглись спать. Через три часа я проснулась, но не оттого, что выспалась, а оттого, что решила, надо узнать, как там мама. Она была мной недовольна:

– Ты какая-то вялая. И ты уже взрослая девочка и сама знаешь, что делаешь...

Для меня с детства это означало: «Я на твоём месте так бы никогда не поступила».

Интересный факт, когда мы говорим: «Я бы на твоём месте», мы не пытаемся встать на место человека. Мы задаем себе вопрос: «Я бы мог так поступить?». Чаще всего, если речь идет о некрасивом поступке, то решаем: «Я бы точно поступил по-другому» и говорим об этом человеку, который оступился. А ведь когда люди совершают ошибки, они нуждаются в поддержке, а не в критике.

Мама переживает: «Поскорее бы тебя выписали». А я не решаюсь сказать ей, что пока совсем не хочу. Меня пугают эти затрепанные жизнью люди, которые с рвением решают офисные проблемы, как будто от этого зависит чья-то жизнь. Люди, которые все дальше отклоняются от своего предназначения с каждым днем, чтобы потом болеть и находить его заново.

Мама сказала, что боится, со мной случится то же самое,

что и с Мариной, которая не хотела отсюда выходить и не вышла. Вдруг я здесь тоже на века приживусь. Пришлось ее успокоить, что по полису обязательного медицинского страхования оплачиваются только 50 суток. А, в связи с ремонтом, решили отпускать вообще пораньше. Тем более грядет весна, сами понимаете, много поступлений.

Я немного, как мне показалось, ее успокоила: что голос у меня не заколотый, а просто сонный, что все в порядке, я отдыхаю. Медсестры каждое утро меряют давление и спрашивают о настроении. Оно ровное. Или грустное. Или немного злобливое. Приподнятым его никак не назовешь, говоря откровенно. Нет ни спадов, ни падений. Что-то случилось или, слава Богу, не случилось – хвала всевышнему. Главное, дайте поспать.

У меня неоднозначные отношения с мамой. Она очень привлекательна. Мужчины прохода не дают. Улыбчивая, заботливая и любящая. Много лет назад, после развода с папой, она стала жить для себя.

Познакомилась с мужчиной, проводила с ним все свободное время, пока он не переехал в другую страну. Больше никто не вызвал у нее желания любить и заботиться. Мама никогда не говорит об этом, просто утверждает, что отношений больше не хочет. Из-за этого иногда мне сложно с ней.

Я очень похожа на папу: влюблива, эмоциональна и сильно переживаю за все, что происходит в моей жизни. Иногда я делюсь с мамой переживаниями и вижу, что ей тяжело меня

понять. Она удивляется моему непостоянству. Не понимает, как можно страдать и продолжать стремиться быть с мужчиной, который причиняет эти страдания. Или как можно расстаться с хорошим человеком просто потому, что его не любишь. Например, уйти от мужа. И когда я приняла это решение, она страшно огорчилась. Даже не разговаривала со мной какое-то время.

Сейчас отношения стали лучше. Я вижу и чувствую, что мама очень поддерживает меня. Но иногда требуется время, чтобы она приняла мои поступки. Согласие лечь в клинику, например.

Мысли путаются. Забываю все постоянно. Хочется спать, молчать и писать. Ничего больше делать не хочу. Все, и врачи и девочки говорят, что так у всех было, потому что мозгу отдыхать надо и спать, как следствие.

Уколы феназепама отменили. Остались только таблетки. Настроение не стало бодрым. Хочется доползти до кровати, свернуться клубочком и заснуть.

«Через несколько дней все вернется на круги своя», – сказала я себе и пошла пить кофе. Иначе снова усну.

Пока наливала кофе, выяснилось, что уже пришло время обеда. Разбудила Дашу. Даше сегодня ставили капельницу, чтобы наполнить ее витаминами и питательными веществами. Даша проспала после нее несколько часов. Я коснулась ее плеча и прошептала:

– Просыпайся, соня, пора обедать.

Даша открыла глаза и спросила:

– Что они мне вкалывают, Вика? Я постоянно хочу спать.

Я сказала, что так будет только первые три дня, а потом, когда мы выспимся, нам поменяют терапию.

Я открыла почту. И нашла одно из его первых писем.

Я, наверное, сумасшедший, но я вижу тебя повсюду :) Ты, как наваждение: ночью ты приходишь ко мне во снах, днем ты в моих мыслях... Я вижу твои искрящиеся глаза цвета молочного шоколада, светлые волосы и идеальное тело. Подвижные музыкальные пальцы с безупречным маникюром, тончайшие запястья. Я вспоминаю твой мелодичный голос, звонкий смех.

Мой маленький цветочек, я скучаю по тебе так сильно...

Я поняла, что многие трудности создаю себе сама. Вчера был месяц, как мы с Мартином не общались, прошло десять дней, как он не включал «наш» телефон, и пара дней, как больше не горит мое ухо. И мне очень захотелось напомнить о себе. Зачем?

Чтобы снова начать страдать, путать буквы и жить в состоянии сна? Нет, я достойна большего (я не имею в виду тот секс у Глеба в машине). Я имею в виду: семью, любовь, детей, любимую работу. Все как надо, без этих ненужных выяснений: кто главнее? У кого круче? И так далее.

Я понимаю свои ошибки в отношениях с мужчинами. И меня злит, что я их совершала. Ведь можно изначально принять, что родилась женщиной: созидать, заботиться, лю-

бить, хвалить, укрощать. И уважать мужчину. Его способность принимать решения, стремиться к цели, идти напролом, строить дом, сажать деревья и брать ответственность за ту, что подарит сына.

Все просто, все было известно тысячелетия назад. Но всегда находятся те, кто ломится против системы. Зачем? Если бы Господь решил создать меня мужчиной, я бы родилась мужчиной, а раз создал женщиной, то важно играть свою роль.

Сегодня после обеда мы с Дашей впервые вышли на прогулку. На улице настоящая весна. Глубокий вдох, взгляд на небо и понимание, что это и есть жизнь. Мы сделали круг почета по нашему двору, а потом решили сходить в храм. Он находится в двух шагах от клиники. Внутри благодать: красивейший иконостас, а под куполом сам Иисус Христос со священным писанием. Там очень спокойно.

Из-за огромного количества феназепама в крови, мне кажется, что я во сне наяву. И пока мы дошли до храма, набрали святой воды и заглянули в церковную лавку, силы иссякли.

Когда мы с Дашей вернулись в палату, близилось время тихого часа. Я машинально проверила телефон: от Глеба ничего, а я ему уже «родила сына». Как будто все равно, а на самом деле обидно. Ладно бы он тут скулил под дверь, а я ему такая: «Нет»! А так мне даже ему и «нет» не на что сказать.

Я знаю, что он стопроцентно появится. Потому что Глеб

порядочный, и «в ответе за тех, кого приручает», а уж тем более в нашей ситуации. Поэтому я просто машинально проверяю телефон. Я тут многое делаю машинально. Это удобно. Расслабляет мозг.

Мне кажется очень далеким все, что находится за пределами больницы. Я ни по кому не скучаю и никого не хочу видеть, совсем. Наверное, только маму, потому что она уже почти буддист. Все принимает.

Еще по подругам скучаю. Хочу посадить их в кружок и узнать, что у каждой происходит. Спросить: «Как вы чувствуете себя? Что у вас на душе?».

Здесь я поняла, что депрессия, подавленность, нервное расстройство не приходит в один день – все копится долгие годы. И, если ничего с этим не делать, то будет как с прудом без проточной воды, он зацветет и станет болотом. Поэтому очень важно знать, что на самом деле чувствуешь, к чему стремишься, о чем мечтаешь и что хочешь изменить. Лучше признаваться себе в этом. Надо быть милосердной к себе: следить за своим прудом тщательно. А иначе все равно придется к этому прийти, только более болезненным путем.

Отделение погрузилось в сон. И только через полтора часа к нам заглянула медсестра со словами: «Девочки, просыпайтесь, ужин!». Я повернулась и посмотрела на Дашу. Она спала, накрывшись с головой подушками и покрывалом. Я дотронулась до ее плеча и прошептала: «Есть пойдешь?». Она ответила: «Нет, не хочу».

Я строго сказала: «Надо, потому что мы пьем лекарства».

После ужина в столовой остались мы с Дашей за своим столиком и два молодых человека за другим. Как выяснилось, Паша с Лешей. Когда я уходила в клинику, мне кто-то сказал:

– Вдруг любовь свою встретишь...

– Типун тебе на язык, – отшутилась я.

Паша здесь четыре дня. Высокий, долговязый шатен. Короткие волосы торчат в разные стороны. Немного сутулится. Лицо обрамлено бородкой, как сейчас модно. Большие карие глаза. Немного щурится, когда смотрит вдаль. Наверное, плохо видит. Такое ощущение, что я его уже где-то встречала. А может, он просто похож на главного героя фильма «Амели». Леша, зеленоглазый блондин со спортивной фигурой, здесь уже полтора месяца, и это вызывает интерес. Он молчалив. Напрямую диагноз не называет, но у него расстройство сна. Он спит не больше четырех часов в сутки. Сон поверхностный. Больше у ребят мы ничего не спрашивали, потому что мозг затуманен и ищет возможность снова уснуть. Меня это беспокоит, а медсестры говорят, что так надо. Пусть голова отдохнет.

Я позвонила маме и подружкам. Рассказала последние новости. Погуляла с чашкой кофе по коридорам клиники. Выпила таблетку после ужина. Все размеренно, спокойно, собираюсь в душ и спать.

Укол отменили, и я испугалась, что не смогу уснуть по-

сле пяти часов бодрствования за сутки в целом. Медсестра успокоила, что усну без вопросов.

Сегодня Марина сказала, что лежать здесь стыдно и нельзя ни с кем делиться, что находишься в такой клинике. Я спокойно спросила:

– Почему? Ведь почки болят?

– Болят!

– Их лечат в больнице?

– Да.

– А сердце болеет?

– Болеет.

– Его лечат в стационаре?

– Да.

– А что постыдного, что нервы болят? Почему их надо доводить до такого состояния, чтобы все остальное болело?

Мне кажется, такова наша культура. Когда у вас отваливается нога и в разные стороны брызжет кровь, люди не сомневаются, что нужна помощь. А вот когда вы тихо-смирно стоите на краю карниза, ожидая попутного ветра, который поможет сделать шаг вперед... Нет, это не болезнь, это слабость какая-то. Лучше выпить побольше и покурить, а потом, когда будет цирроз и рак легких, то приходите уже со своими «нормальными болезнями».

У меня хорошая новость: с завтрашнего дня меня отпускают гулять. Мы с Дашей запланировали пойти на службу. Купим свечи и «почистим» нашу комнату. Святой воды мы

набрали сегодня. Я чувствую, что мое внутреннее состояние изменилось: хочется говорить приятные слова и улыбаться людям. Правда, выходить отсюда совсем не хочется. Пока.

Я понимаю, что не ответила ни на один из вопросов, которые себе задавала. И так и не решила, чем буду дальше-то заниматься?

Иногда думаю о Мартине. Как будто он уже далеко-далеко и не появится больше. От этого немного грустно. В такие минуты просто шлю ему любовь в своем воображении и желаю счастья.

Мне не уснуть. В палате плачет Лана, у которой погиб сын. И что делать с таким человеком? Обнять ее, чтобы она не плакала, пытаюсь вымыть всю боль, которая накопилась в ее сердце? Игнорировать, чтобы не смущать, как будто не вижу или, еще хуже, не хочу знать о ее горе. А может надо озлобиться и сказать: «Вот ты слабая, не можешь себя в руках держать! Как все! Как все мы, сильные!».

Я так не могу, мне больно оттого, что ей больно и не важно, что у нее произошло и как «правильно» на это надо реагировать. У каждого из нас в груди есть сердце, и оно способно сопереживать другому человеку. Мне кажется, это прекрасный дар, которым наградил нас Бог! Протягивать руку помощи другому человеку, не ожидая ничего взамен, вопреки всему. Я лежу и не решаюсь к ней подойти, погладить ее, отогреть своим теплом.

Я встаю, беру цветок в горшке, который подарил Глеб,

и протягиваю его Лане. Она улыбается. Я прошу ее ухаживать за ним, потому что лучше, чем у нее, ни у кого не получится.

– Так его надо только поливать? – с улыбкой спрашивает она.

– Поливать и любить, как ты умеешь.

Она рассматривает цветок и снова улыбается.

Без укола засыпалось с трудом.

## День 5

Дверь в палату приоткрылась, в щелку проник свет, а затем лицо медсестры. Перечень фамилий на измерение давления. Меня в этом списке нет. Я могу еще полежать. Впервые за долгое время чувствую, что проснулась с хорошим настроением. Мне захотелось сделать зарядку, умыться, красиво одеться. Я почувствовала прилив энергии. Конечно, это зависит еще и от того, что вчера вечером не делали укола. Сознание ясное. Марина, Даша, я и Лана пошли на завтрак. На отделении совсем мало людей, все разъехались по домам. Вчера мы с Дашей посетили церковь, которая тут неподалеку. И решили с утра сходить на службу.

# 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.