

0+

ТАТЪЯНА  
ФЕДЕНЕВА

# Манька-встанька

ЛИТРЕС:  
САМИЗДАТ

Татьяна Феденева  
**Манька-встанька**

«ЛитРес: Самиздат»

2014

**Феденева Т.**

Манька-встанька / Т. Феденева — «ЛитРес: Самиздат», 2014

ISBN 978-5-532-06882-7

"Манька-встанька" – одно из произведений Татьяны Феденевой. Где-то вы, наверное, уже слышали это .... Да, игрушка так называется: Ванька-Встанька. Да какая разница: Санька, Манька.... Суть в том, что человек спотыкается, падает больно-пребольно, а потом снова встает и идет дальше, встает и идет.... А впереди - прозрение, переосмысление, принятие себя и своей жизни. И это счастье.

ISBN 978-5-532-06882-7

© Феденева Т., 2014  
© ЛитРес: Самиздат, 2014

# Содержание

Глава 1	5
Глава 2	14
Глава 3	18
Конец ознакомительного фрагмента.	22

## Глава 1

Звонок будильника некстати ворвался в ее сон. Настя с трудом припомнила, что сегодня понедельник. Веки не хотели открываться. Села на постели, чтоб нечаянно не уснуть снова. А сон еще продолжался. Что-то не очень радостное, томящее душу... Все, пора. Решительно встала, раздернула шторы. За окном, хмурое осеннее утро. Соседние деревянные дома как будто ссутулились, деревья обречено опустили ветви, на клумбах неожиданно сморщились и почернели цветы. По земле стелется легкий туман, вереница автомобилей пробирается сквозь него с зажженными фарами. Темные тучи упрямо загородили собой небосклон. Сегодня и нечего надеяться увидеть солнце. Настя подошла к кровати дочурки, тихонечко тронула ее за плечо:

– Катенька, вставай, пора.

Катя неохотно открыла глаза. Настя потянулась к расческе. Из зеркала на нее глянула уставшая женщина неопределенного возраста. Настя через силу улыбнулась ей, такой знакомой и незнакомой одновременно. Ничего, сейчас сделаю утреннюю работу и приведу себя в порядок.

Поставив варить манную кашу, Настя взяла в руки подойник, ведро с кормом для козы и направилась в конюшню. Куры нетерпеливо вертелись рядом, норовя попить парного молока прямо из подойника; собака скулила, поторапливая Настю; кошка вертелась под ногами, напоминая о себе. Дочка капризничала, отказывалась от манной каши, и не хотела одеваться.

Наконец, все накормлены и ухожены. В половине девятого они с дочерью вышли из дома. Начал моросить дождь. Липкая грязь мешала быстро идти, они опаздывали. Настя начала было укорять себя, что не встала на пятнадцать-двадцать минут раньше, но тут же передумала. Все-таки бессонные ночи уносят много сил. Вот и отворот на школу.

– Ну, ладно, Катенька, пока.

– Пока, мама.

Дочка пошла дальше одна, а Настя заторопилась на работу. Редакция встретила ее гулом и телефонными звонками. Сегодня, как впрочем, и всегда, напряженный день. С утра планерка: утверждение статей, которые выйдут в следующем номере. Во вторник – корректировка набора, в среду – выход номера. В четверг опять все сначала. Газета выпускается два раза в неделю. Маша, Настина коллега по работе, с которой они вот уже десять лет сидят в одном кабинете, засела за обзор почты. Настя бросила на нее взгляд исподтишка. Маша сегодня неплохо выглядит, черные волосы уложены в аккуратную прическу, лицо освежает приятный макияж, губы тронуты розовой помадой. Карие глаза распахнулись на встречу:

– Что, Настя, опять бессонная ночь? А по тебе не скажешь, только молчаливее, чем обычно.

– Да, опять не выспалась. Раньше дочь не давала мне спать, а теперь кошмарные сны, чуть улыбнулась Настя.

Маша знает Настю как никто другой. Только ей из всего их маленького коллектива Настя может рассказать о себе хотя бы что-то не очень значительное. Она слишком замкнута, в коллективе любит оставаться в тени и наблюдать за другими. Пожалуй, это ее любимое занятие. В комнату заглянул водитель Саша:

– Ну что, я готов Анастасия Петровна, едем?

В обязанности Насти входит освещать вопросы сельского хозяйства. Позитивного материала становится все меньше и меньше, но это никак не состыковывается с общей идеей подъема экономики, снижения инфляции и улучшения благосостояния трудящихся. Каким же образом бодренько сообщить читателям, что цены на горючее и электроэнергию опять под-

скочили, а цены на молоко и мясо остаются неизменными вот уже года три, отчего хозяйства терпят убытки?

За делами Настя не заметила, как пролетело полдня, пора бы поторопиться с основной статьей и другими делами. Скоро наступит три часа дня, а у нее в это время наступает полнейший упадок сил. Именно в три часа ночи она просыпается и лежит до шести часов утра. Хорошо еще, что не каждую ночь, но две-три ночи в неделю ей обеспечены.

Вечером, уставшая Настя пришла домой, бросила сумку с продуктами на стул.

– Мама, – подбежала к ней дочка, – а мне что-нибудь купила?

– Колбасу.

Настя с любовью взглянула на дочку, погладила по волосам.

– Спасибо! Посмотри, что я нарисовала.

– Да, очень красиво.

Настя начала выкладывала продукты.

– Ты всегда так говоришь, – насмешливо сказала Катя.

– Я полежу немного, ладно?

Дочь посмотрела теплыми карими глазами и участливо сказала:

– Отдохни, конечно, мамочка, только не прирасти к дивану!

Настя легла и вдруг подумала: как хорошо, что у меня есть дочь. Хорошо, что есть любящие и любимые сестры. Она не раз приходили на помощь в трудные минуты. А я? Я смогла им чем-то помочь? К тому же, мы не просто сестры, мы – подруги. Да, и как хорошо, что в моей жизни нет свекрови! Вечером можно делать что хочется. Вот сейчас приготовлю вкусный ужин, всех накормлю, наведу блеск на кухне и устроюсь на диване с романом о любви. О, любовь! Хотя подруга Ирина давно и настойчиво советует романы о любви не читать, а крутить! Действительно, для своих сорока лет я выгляжу совсем неплохо. Правда, немного полная фигура, угрюма и замкнута, но кто же без недостатков? С понедельника обязательно сяду на диету, займусь бегом, покрашу волосы в рыжий цвет и буду самой обаятельной. Настя тяжело вздохнула и встала с дивана, что бы заняться делами.

«Почему-то я вдруг оказалась за рулем автомобиля. Еду по хорошо накатанной дороге, вдруг автомобиль вынесло на обочину и понесло прямо по ямам и рытвинам с бешеной скоростью. От страха замерло сердце. Где же тормоз? Напрасно лихорадочно нажимаю то на одну педаль, то на другую. На самом деле, как же медленно я ищу педали, нажимаю на них, автомобиль подбрасывает на ухабах. Ах, если б точно знать, где тормоз. От тряски руль выскочил из рук, я окончательно потеряла управление, а автомобиль все увеличивает скорость.... О, Боже...».

От ужаса Настя проснулась. Где я? Ах, да, это сон, это просто кошмарный сон, он преследует меня уже много лет...

Настя встала, выпила таблетку пустырника и попыталась уснуть снова. Напрасно ворочалась с боку на бок, прогоняла грустные мысли о неудачном замужестве. Первые два года все было просто прекрасно, а потом он начал пить, причем, сразу запоями. Дальнейшая жизнь превратилась в кошмар. Не зря гласит старинная мудрость: не хвались тремя днями, а хвались тремя годами.... Звон будильника опять не вовремя ворвался в ее сон. Как же хочется спать! Пора, наверное, обращаться к врачам, по поводу бессонницы, думала Настя, одеваясь, но только не сегодня. Сегодня срочная командировка. Она сделала домашние дела, машинально сварила дочке кашу. Катя самостоятельная девочка. Когда Насте требуется рано уезжать, она сама, с семи лет, встает по будильнику, одевается, завтракает и идет в школу. Вчера они обсудили, что дочери нужно будет встать самостоятельно. Настя написала ей записку и принялась за свою внешность. Если очень постараться, то можно скрыть последствия бессонной ночи и выглядеть очень даже ничего: соорудить кудри, подкрасить брови и ресницы, натянуть на лицо

маску спокойствия и благополучия. Вот и все! Серые глаза не лишены привлекательности и даже могут смеяться.

На работе очередной аврал, все носятся из кабинета в кабинет, делают срочные звонки, дописывают последние строчки статей. Секретарша Светочка, некрасивая жилистая дама пост-бальзаковского возраста, считающая себя неотразимой, взглянула на нее с усмешкой:

– Анастасия, а вы сегодня опять в неизменном синем беретике?

– Да, – спокойно ответила Настя, про себя же чертыхнувшись, ну нет у нее денег на модную одежду. С раздражением уселась за рабочий стол и уткнулась в статью. В кабинет вошла Капитолина Ивановна и, громко разговаривая, принялась ставить чайник. Ну, почему она всегда мешает работать? Капитолина Ивановна по-хозяйски расположилась в их кабинете и начала рассуждать о том, как они работали раньше, не зная сна и отдыха. Конечно, ей бы уже давно следовало уйти на пенсию, но работа «без сна и отдыха» была смыслом ее жизни. Настя подозревала, что Капитолина Ивановна до обеда не выйдет из их кабинета, продолжая громко вещать и учить жизни.

Вечером, сделав домашние дела, Настя вышла в огород. Небольшая пушистая собачка радостно гавкала, выражая ей бешеную любовь и преданность.

– Ну, что Муха, зима скоро настанет? – Настя ласково погладила собачку по голове, потрепала за длинную шерсть.

Повернувшись в сторону соседнего дома, заметила, что соседки к счастью, не видно в окне. Тогда спокойно пошла по огороду, часть которого занимали плодовые кусты и яблони, а часть была оставлена под картофель и овощи. В зарослях малины нашла две последние ягодки и с удовольствием отправила их в рот. Ягоды смородины и крыжовника уже давно собраны, а у кустов нужно удалить старые ветви. Гроздья рябины и калины краснели, зазывая к себе. Соберу вас после заморозков, – пообещала им Настя. Подошла к яблоням, потрогала обломанные ветви – летом похозяйничали соседские мальчишки – надо бы их подпилить и обработать садовым варом. В теплице требовалось собрать остатки засохшей ботвы и убрать пленку. Эту работу решила оставить до выходных. Настя удовлетворенно ходила по участку. Урожай собран, заготовки на зиму сделаны. Вот только забор покосился и грозил упасть. Весной придется кого-то нанимать и ремонтировать. Как она любит свой небольшой садик! Это ее отдушина. Настя с удовольствием работает здесь с ранней весны до поздней осени. Присела на лавочку и задумалась: вот здесь весной она посадит тюльпаны, там астры и лаватеру. Настя высаживает цветы с таким расчетом, чтоб с весны до осени что-нибудь цвело. Особенно приятно смотреть, как цветут маргаритки ранней весной. Душа возвращается к жизни. С конца июня до середины сентября поспевают различные ягоды. У нее нет денег на дорогие фрукты, зато четыре месяца в году дочь может без ограничений есть ягоды, огурцы, помидоры, а последние три года еще и яблоки. Собственно, это для нее так старается Настя.

Настя зашла в конюшню. Коза Билька жевала сено и смотрела на нее блестящими глазами.

– Кормилица ты наша, – погладила ее Настя. Куры уже забрались на насест и начали недовольно переговариваться.

– Ухожу, ухожу, – улыбнулась Настя и вернулась в дом.

Катя смотрела телевизор, на коленях у нее клубочком свернулась кошка.

– Ты уроки сделала? – спросила Настя.

– Нам ничего не задавали.

Это ее обычный ответ. Настя промолчала. Она знала, что темы устных предметов Катя запоминает на уроках, а к точным наукам у нее нет способностей. А еще у нее много лени. Настя в свое время училась только на четыре и пять. За что дочь называла ее «ботаником». Ох уж эта современная молодежь!

«Я же не была в конюшне две недели.... А куры и коза? Они, наверное, уже умерли с голода.... Как я могла о них забыть? Как я могла не вспомнить о них целых две недели.... Бедные, бедные животные, как им хотелось пить.... Надо немедленно туда идти, но ноги как ватные.... Надо немедленно дать им корм.... Но что я увижу в конюшне? Дохлые, тощие куры лежат по углам.... О, ужас.... Почему я о них забыла?»

Настя беспокойно ворочалась, стонала во сне, потом проснулась, все еще испытывая тягучую жалость к погибшим животным и чувство недоумения, хотя уже понимала, что это сон, всего лишь очередной кошмарный сон.

Никогда в жизни я не забыла кого-то накормить, ну, почему, почему мне это снится, – мучительно думала Настя, все еще находясь под впечатлением сна, – времени, конечно, три часа ночи. Настя встала, заварила чай с мятой. Долго ворочалась с боку на бок, уснуть не удавалось.

В голову опять полезли разные мысли. А ведь она вышла замуж за Ивана назло. Назло себе, назло Юре, Катиному отцу, чтоб кому-то что-то доказать.... Настя вспомнила, как впервые увидела Ивана на свадьбе своей младшей сестры. Он был «свидетелем» жениха. Светловолосый парень невысокого роста поглядывал на нее и ухаживал за «свидетельницей». Та явно была от него не в восторге и держала дистанцию. Жених восторженно расхваливал своего друга:

– Мы вместе служили в армии!

Спустя какое-то время «свидетель» вдруг приехал к ней в гости, хотя Настя его не ждала. Она совершенно не знала о чем с ним можно поговорить, а он и не искал тем для разговора. Мама пыталась разрядить обстановку, о чем-то говорила, но и ей это удавалось с трудом. Скучно ужинали, гулять почему-то не хотелось, смеяться и шутить, тоже не было желания. Наконец Иван просил сделать ему постель и ложился спать, а ей наказывал постирать его рубашку, которая почему-то всегда была очень грязной.

Настя не стала долго раздумывать на тему «Иван» и постаралась быстро от него избавиться.

Спустя восемь лет, когда она вдруг оказалась одна с ребенком на руках, от Ивана пришло письмо. Но что это было за письмо! Ни одной конкретной мысли, ни одного конкретного предложения, ни слова о чувствах! Не говоря уже об изобилии грамматических ошибок. Но Настя знала Ивана, это письмо означало – ни больше, ни меньше – предложение руки и сердца! Замужество казалось решением всех проблем. Небольшой семейный вечерок положил начало новой жизни.

Да, не сбылись наивные девичьи грезы. В ее жизни не было свадьбы и фаты.



Ровно в семь зазвенел будильник. С каким трудом просыпалась Настя после очередной бессонной ночи. Опять нудное утро, подгорелая каша, «внимательные» коллеги.

Наконец-то пятница! Сегодня вечером можно почитать хорошую книгу, или, наоборот, легкий роман о любви. Вот только представитель противоположного пола вряд ли появится на горизонте. Хотя, ей нравится Владимир, сотрудник их отдела, но Настя ни за что не станет показывать ему свою симпатию. Она не умеет строить отношения с любимым мужчиной. И

потом, вдруг, она ему не нравится? Или вдруг потом они расстанутся и тогда что, снова слезы и горечь? Нет, с нее довольно. Вечера он как-то странно взглянул на нее или ей показалось?

Настя уселась читать книгу. В книге доказывалось с научной точки зрения существование Бога.

Почему эта книга не попала мне раньше? Я прочитала ее на одном дыхании. Для меня это просто потрясение. Раньше я верила в Бога на уровне интуиции. Для меня, бывший комсомолки, появился какой-то новый смысл в жизни. Я научилась молиться. Раньше, когда мне было плохо, и хотелось обратиться к Богу, я не смела, потому, что не знала, как правильно это делать. Хотя, бабушка учила нас молитвам. Но когда их надо читать? Может быть, только в церкви? Я просто не знала, с какими просьбами можно обращаться к Богу и как, чтобы *не оскорбить Его*. И еще я поняла, что любовь и прощение самое главное в этой жизни. А ведь я не могу простить Юру, Катиного отца, много лет. Во мне все словно закаменело. Эта обида кажется бесконечной. Кроме того, я не могу принять ситуацию, в которой тогда оказалась. Ну почему такая несправедливость произошла именно со мной? Но все же, впервые за много лет я почувствовала себя счастливой. Счастливой от того что, у меня появилась вера в Бога и что нет рядом мужа-алкоголика...

Главный редактор, симпатичный молодой мужчина, собрал планерку. Все уселись за длинный стол, уже примерно зная, о чем пойдет речь.

– Приближается наш профессиональный праздник, – Николай Иванович внимательно смотрел на подчиненных, – нам выделили деньги на его проведение. Мероприятие проведем в кафе, пригласим наше руководство, ветеранов труда, передовиков.

– Все одобрительно закивали головами.

– Давайте, распределим, кто за что отвечает, при подготовке праздника...

Насте досталось составить список награждаемых специалистов, подготовить характеристики, почетные грамоты. Чем ближе приближался день праздника, тем более ощущалась праздничная атмосфера, сослуживцы оживленно обсуждали наряды, меню, гостей, но у Насти на душе было как-то пусто. После праздника она как всегда будет одна. Тем более, у нее нет вечернего платья. В том наряде, в котором она хотела пойти на праздник, она была и в прошлом, и в позапрошлом году. Какая уж тут радость.

Вечер получился на славу. Их не очень дружный коллектив умел хотя бы вот в такие моменты как-то объединяться и действовать как единое целое. Главный редактор, хоть и был женат, притягивал к себе взоры всех юных и не очень дев. Надо отдать ему должное, он плавно и умело дирижировал праздником. Отчаянная секретарша Светочка, умевшая совершенно отдаваться своим чувствам, самозабвенно танцевала, пела и участвовала во всех играх. Неторопливая Наталья Ивановна критически поглядывала на всех, пытаясь контролировать ситуацию. От ее бдительного ока не укрылось ничего, что происходило вокруг. Серьезная Нина Петровна, под воздействием спиртного становилась совершенно взбалмошной, совершая, подчас непредсказуемые поступки, о которых впоследствии (это было заметно всем) очень сожалела. Так или иначе, люди умеют расслабляться и веселиться. А вот у Насти это не получается. Она всегда старается держаться в рамках приличия, даже выпив немного спиртного, скованна и сдержанна, Нельзя никому довериться. Завтра все сказанное ею, может стать достоянием общественности. Вечер закончился, пора домой. Алексей, молодой неженатый сотрудник импозантного вида подошел к Насте:

– Можно Вас проводить Анастасия Петровна? – чуть заплетающимся языком проговорил Алексей.

Настя взглянула на него: высокий, симпатичный, но... в голове одни опилки.... Ничего серьезного ждать от него не приходится. Настя вежливо отказала. Можно хотя бы порадоваться тому, что понравилась молодому парню.

Ночью Настя опять проснулась, долго ворочалась с боку на бок и невольно погрузилась в воспоминания. Она вспомнила, как на первом курсе вдруг захотела стать фотографом, на втором – журналистом, на третьем – врачом, и это желание было самым сильным, но Настя не рискнула все бросить и начать сначала. После окончания института ей хотелось закончить аспирантуру. Но маме нужна была ее помощь. Ни одна ее мечта не сбылась.

«И осталась у разбитого корыта, и осталась у разбитого крыльца»

Грянул дефолт 1998 года. За последние сто лет сменилось три общественных строя, это уже слишком. Похоже, мир сошел с ума. Настина зарплата сильно «усохла». Теперь они с дочерью еле-еле сводили концы с концами.

На нервной почве у Насти совсем потерялся сон, пришлось обратиться в больницу. Лекарства, уколы, кое-как подлечилась, и начала тянуть свою лямку, как бурлак на Волге.

Первый морозец и первый снег приятно освежал. Позади дождь, слякоть, хмурые дни. Под белым покрывалом, пусть пока и недолговечным, прячется грязь. Кусты и деревья приобрели вычурные формы, а засохшие цветы перестали нагонять тоску. Настя надела теплую куртку и вышла из дома. Шла по улице, с удовольствием оставляя следы на нетронутом снегу, и обдумывая, что купить к столу. Около магазина увидела знакомую фигуру, мелькнули черные как смоль волосы. Подруга! Ирина как всегда выглядела безупречно. Приветливо улыбнулась:

– Настя, привет!

– Привет, Ирина!

– Куда спешишь?

– У меня же скоро день рождения пошла в магазин. Кстати, приглашаю тебя в гости.

– А сколько тебе исполняется?

– Не поверишь, сорок три года.... Я все еще пытаюсь выглядеть как моложавая женщина, но возраст уже выдает меня, – Настя чуть отвернулась и нахмурилась.

– Ты хорошо выглядишь.

– Ну да, появились морщины на шее и руках, пополнела. Хотя, не бывает полных женщин, а есть одежда маленького размера!

– Это точно, – Ирина весело улыбнулась.

– Как быстро летит время. Когда-то я была молода и красива, но не ценила своей красоты и молодости. Думала, что так будет всегда, а теперь уже дочка бегаёт на дискотеки, вертится перед зеркалом и просит купить ей модную одежду, – вздохнула Настя.

– Да, «как молоды мы были, как искренне любили...», – Ирина помолчала, а потом посмотрела на Настю, – мне пора.

– Значит, договорились?

– Я приду.

В выходной день неожиданно зазвенел звонок входной двери. Кто там может быть? Настя оделась и вышла на улицу. Перед ней стоял мужчина в униформе:

– Проверка счетчиков.

– Заходите.

Мужчина прошел в дом, проверил счетчик:

– Все в порядке, распишитесь, – и неожиданно широко улыбнулся.

Настя расписалась в книге, но незнакомец не торопился уходить. Он, молча стоял у порога, а потом, спросил:

– Можно прийти к Вам еще раз?

– Проверить счетчик? – пошутила Настя

– Нет, в гости, если вы не возражаете.

Настя молчала. Она первый раз видела этого мужчину. Кто он такой? На вид спокойный и порядочный. Конечно, это не ее тип мужчины, в такого она никогда не влюбится, но ведь это даже хорошо. Так гораздо спокойнее жить, никаких тебе страстей и любви до гроба.

– Как вас зовут?

– Володя. Я недавно тут работаю, меня еще не все знают.

– Меня зовут Настя, – она улыбнулась.

«Все равно у меня никого нет».

– Так, когда мы увидимся, – приободрился Володя.

– У вас есть телефон?

– Да, записывайте.

– Я позвоню, когда будет возможность.

«Телефон – это уже кое-что. По телефонному справочнику можно узнать адрес, имя, фамилию, отчество...»

Володя протянул ей руку:

– До свидания.

Настя неохотно протянула свою, неожиданно мужчина поднес ее руку к губам и поцеловал.

Настя рассмеялась – уж слишком неуместным был этот жест в данный момент.

Володя расценил ее смех как одобрительный.

– Я буду очень ждать и надеяться!

Дверь за ним закрылась. Настя прислонилась к косяку, завтра она узнает, кто он такой. Правда, после встреч без любви так пусто на душе...

...Какой-то чужой дом, чужая мебель, но Настя живет здесь с дочерью. Звонок в дверь, Иван:

– Настя, пусти меня, я хочу жить с вами.

– Заходи...

Иван заходит. Заносит вещи и тянет к Насте свои руки, пытаясь обнять и вдруг, хватая ее за шею:

– Задушу!

Нецензурная брань, перекошенное от злости лицо:

– Ты окончила институт, вот тебе за это, получай...

Настя отталкивает его, он скользит, падает обратно за двери, Настя торопливо дрожащими руками закрывает задвижку, та подается с трудом. Сейчас он потянет двери на себя... Боже, какой ужас!

С этим чувством Настя проснулась, с трудом пришла в себя, кое-как сообразила, что она дома, рядом Катя, его здесь нет, это сон, всего лишь сон... Прошло восемь лет после развода, а ей все снится этот кошмар. Сколько можно? Настя встала, выпила валерьянки. Уснуть не получилось, напрасно она ворочалась сбоку на бок, опять нахлынули непрошенные воспоминания:

Еще пять лет после развода Иван пытался вернуться к ним с Катей. Приходил, просил простить, но Настя даже не пускала его в дом, иначе он бы просто не вышел обратно... Конечно, ему с ней было хорошо. Абсолютно никаких проблем и забот. Он приходил неизвестно откуда, ел, переодевался в чистую одежду и опять уходил в неизвестном направлении, неизвестно на какое время. Иногда его не было по двое суток. Нехорошо так думать, но она думала с надеждой: «А может быть, он замерз где-нибудь? А может, он утонул? А что? Пьяные и в луже могут утонуть. А может быть, он нашел другую женщину? Хоть бы он ушел к другой женщине...». Но Иван неизменно возвращался домой, устраивал скандалы, ругал последними словами ее и дочку. Как она устала от этой жизни

Звонок будильника все же заставил проснуться. Глаза не хотели открываться. Села на постели, чтоб нечаянно не уснуть снова. Ей что-то снилось, не очень хорошее, томящее душу.... Все, пора! Встала с постели, отдернула шторы: снегопад залепил окна. Подошла к кровати дочери, тронула за плечо:

– Доченька, просыпайся.

Дождалась, когда дочь открыла глаза, ласково улыбнулась, затем, потянулась к расческе. Из зеркала на нее смотрела усталая женщина неопределенного возраста.... Она просто в тупике. Как жить дальше?

## Глава 2

В обеденный перерыв Настя пришла в поликлинику. Подошла к регистратуре и увидела объявление: «Есть проблемы? Вас примет врач – психотерапевт Сокольский Д. А.».

Вначале Настя не обратила внимания на это объявление. Пробежала глазами еще раз и вдруг подумала: а может, это мой шанс? Ведь что-то же надо делать? Так жить дальше просто невозможно. Недолго думая, Настя набрала указанный номер телефона. Ей ответил приятный мужской голос.

– Здравствуйте, господин Сокольский, я по объявлению.

– Да-да, здравствуйте. Представьтесь, пожалуйста, и приходите сегодня вот по этому адресу в восемнадцать часов. Вас устраивает?

Настю устроило абсолютно все. Ровно в восемнадцать часов она была у здания поликлиники, только вход со двора. Уютный офис с мягкой мебелью и паласом на полу. В углу журнальный столик. Молодой мужчина лет тридцати сидел в одном из кресел. Он пригласил войти и присесть на удобное для Насти место. Вдруг вспомнилась информация, что психологи замечают абсолютно все: как человек зашел, что сказал, куда сел и на основе этого делают выводы. Если, к примеру, клиент занял место около двери, он не намерен здесь долго задерживаться, если сел напротив, склонен к противостоянию; сел за журнальный столик, настроен на долгую беседу. Было жутко неудобно чувствовать себя подопытным кроликом под его очень внимательным взглядом. Она сняла плащ. Снимать его пришлось здесь же, в комнате. Почему нет гардероба, зеркала? Решительно прошла к журнальному столику. Кажется, ему понравился ее выбор. Да, да, Настя была настроена на долгую беседу. Но о чем? Она понятия не имела, зачем люди ходят к психотерапевтам и чем, собственно, те могут помочь. Д.А. начал беседу. Вкратце рассказал о себе, затем начал расспрашивать ее о детстве, увлечениях. Настю удивило, что он не спрашивал о том, сколько ей лет, где она работает, какая у нее семья. Видимо подразумевалось, что Настя сама все это расскажет. Однако у нее не было такого желания. Наконец, он задал главный вопрос:

– Что привело вас ко мне? Какая у вас проблема?

– У меня бессонница.

– Вам известна ее причина?

Настя напряглась:

– Да, мне известна причина. Когда я была беременна... меня оставил...(как же его назвать: любимый, отец ребенка?), меня оставил ...отец ребенка.

Настя едва сдержала слезы. Предательская слабость. Она до сих пор не может вспоминать об этом без слез. Какой стыд.

Дмитрий перевел разговор на другую тему.

Наконец, первое занятие было закончено.

Дмитрий произвел впечатление очень грамотного врача, интересного собеседника. А вот что он за человек, уловить не удалось. Очень ровный эмоциональный фон, ни одного лишнего слова. А ведь Насте нужно хотя бы немного узнать человека, прежде чем что-то рассказывать о себе. В целом впечатление было очень благоприятным. Интересные постановки вопросов: с этих точек зрения открывается совершенно новый взгляд на мир. Интересный молодой мужчина... Стоп! А не сам ли врач ее заинтересовал? Нет, конечно же, нет. Просто он очень внимательный, умеет расположить к себе. Хотя..., зря она записалась к мужчине. Но откуда же ей было знать, что он окажется таким.... Каким же? Ладно, она ведь может и не ходить на следующее занятие.

Однако, через несколько дней в назначенное время, Настя вошла в офис. Дмитрий сидел в кресле, на своем обычном месте, поджидая ее. Она растерялась. Настя предпочла бы войти в помещение первой, чтобы немного освоиться. Какое-то непонятное волнение охватило ее.

Дмитрий начал занятие.

Почему Настя и дома и на работе думает, о чем они говорили с Дмитрием? Прокручивает разговор снова и снова, как кассету. Потом начинает делать выводы, о которых раньше никогда бы не додумалась. Какие-то ее тайные мысли и чувства выплывают на поверхность. Их осознание вызывает облегчение. Похоже, он взялся подкорректировать ее мировоззрение, причем, корректируются и чувства. И вообще, Настя и не подозревала, сколько же у нее различных комплексов, неуверенности в себе. Зато сейчас у нее все раскладывается по полочкам. Настя, поглощенная своими переживаниями, даже как-то охладела к домашним делам, хотя, раньше с удовольствием создавала уют в своем доме. Все ее мысли были о Дмитрие. Интересно, сколько ему лет? Похоже, он значительно моложе ее. Он рассказал сегодня, как его жена жарит для него пирожки и как он играет с сыном. Зачем? А какая же у него жена? Наверное, такая же милая, как он. Похоже, он очень любит ее и сына. В Насте шевельнулась какая-то ревность. Боже, о чем она думает?

Настя с радостью ходила на занятия два раза в неделю. Дмитрий был всегда вежлив, ровен, спокоен, а вот у нее не обошлось без срывов. Воспоминания на тему: то, что произошло со мной пятнадцать лет назад – так они, не сговариваясь, назвали основную Настину проблему – вызывали в ней какую-то боль, и она с трудом владела собой.

Однажды, выйдя на улицу после очередного занятия, Настя вдруг «увидела» как от нее что-то отступило. Это был густой вязкий туман, почти как вата. Он укутывал ее всю, подчинял, а потом уплыл. Настя была возбуждена. Ей пришлось часа два гулять по улицам, чтоб, хоть как-то успокоиться. Какое-то время спустя, она ездила в командировку, и было достаточно времени, чтобы погрузиться в себя и попробовать понять, что же происходило на том занятии. Так, они беседовали о новых установках. Настю вдруг начало клонить ко сну. Она пыталась прогнать сон и сосредоточиться. Затем снова захотелось спать. Ей показалось, что она отключилась на какую-то долю секунды. Потом опять боролась со сном. Она слышала, как Дмитрий что-то громко и резко говорил, но не могла понять ни слова. Она пыталась найти нить прерванных рассуждений и не могла. В голове было пусто. Потом, вдруг, они начали продолжать беседу. В груди у нее все клокотало.

«Что это, – думала Настя, – когда я пришла сюда, я была спокойней».

«Вы просто очень нервничаете последнее время».

«Да, я очень нервничаю».

Настя чувствовала, что нервное напряжение подбирается к горлу. Она сделала невероятное усилие, чтоб успокоиться, причем так, чтоб это было незаметно со стороны, она понимала, что Дмитрий наблюдает за ней.

Ей удалось снизить напряжение. Теперь оно билось где-то в районе груди.

– Повторяйте за мной, произнес Дмитрий: я совершенно спокойна.

– Я совершенно спокойна...

И тут Настя поняла, что уже произносила сегодня эту фразу. Но когда? Вспомнить не удалось.

– Теперь прочитайте это.

Откуда-то появился листок бумаги, на котором было написано Настиним почерком: « Я властна над своими эмоциями и могу испытывать их»

Настя начала читать и неожиданно для себя опять поняла, что сегодня она эту фразу тоже уже говорила.

– Я властна над своими эмоциями... и не хочу, не хочу испытывать их.

Настя мысленно стала подавлять нервное напряжение, которое билось в районе груди. Для этого она интуитивно изменила конец фразы. Это удалось, напряжение зазвенело пружинкой в области солнечного сплетения.

«Ну, погоди у меня», – пригрозила ему Настя.

– Просто удивительно, как меняется ваше внутреннее напряжение, прокомментировал ее состояние Дмитрий.

«Он чувствует, что у меня делается внутри???» – удивилась Настя.

Через какое-то время Дмитрий сказал, что занятие окончено.

– Как, уже? – опять удивилась Настя.

– Следующее занятие через день.

Она и не заметила, как прошло почти полчаса времени. Значит, она отключилась не на долю секунды, а на целых полчаса? Вот оно что! Она находилась под гипнозом! А если учесть, что еще как минимум на двух занятиях у нее было ощущение нереальности происходящего, и занятия заканчивались очень быстро, то, что это было?

Этот вывод привел Настю в шок. Как он посмел? Он не поставил ее в известность! Хотя, справедливости ради, надо сказать, что он не раз предлагал ей работать в режиме транса, но Настя отказывалась. Она боялась потерять контроль над собой.

Так значит, Дмитрий узнал все, что она чувствовала, когда рассталась с Юрой! Он увидел ее страдания! Боже, она, наверное, плакала, у нее, наверное, была истерика. Как ему удалось остановить эту истерику? Она ведь сама с трудом подавляла ее в себе. Значит, ему это тоже удавалось с трудом, оттого она и приходила в себя не вовремя?

Настя была ужасно рассержена. А потом... Потом вдруг подумала, что он врач, а она пациент. Он знает, что нужно делать. А ей только остается помочь ему в чем-то.

Еще у нее появилось какое-то чувство вины, как будто, она его чем-то обидела во время этого сеанса.

Еще поразило, что ее чувства совершенно не изменились, как будто и не было этих пятнадцати лет. Она здесь и сейчас, а чувства оттуда, из прошлого, но тоже здесь и сейчас. Просто наваждение какое-то.

После этого случая Настя начала надевать на занятия часы. Это было единственное, что бы указало на то, что происходит. Дмитрия можно было контролировать только при помощи времени.

Это не укрылось от его внимательных глаз. Казалось, он больше не делал попыток гипноза. А Настя почти совсем перестала спать, и приходила на занятия совершенно разбитой.

– Как ваше самочувствие? – спросил однажды Дмитрий.

– Сегодня мне очень плохо. Я слишком глубоко залезла в свои воспоминания. Ну, пережила я когда-то эти чувства. Что мне теперь с ними делать? Это мешает мне жить. Помогите мне! – вдруг вырвалось у Насти.

– Чем же я могу помочь? – осторожно спросил Дмитрий

– Не знаю, чем ни будь...

– Хорошо, я попробую. Вы хотите, чтоб я помог вам, и я тоже хочу помочь вам. Это очень важно, чтоб наши желания совпадали... Вы пробовали как-то логически все это осмыслить?

– Да, но я не могу избавиться от этого при помощи логических рассуждений.

– Как Вы расслабляетесь?

Настя растерялась, они как-то уже говорили на эту тему. Его видимо, что-то не устроило. Как же она расслабляется?

– Я могу прочитать хорошую книгу.

– Еще?

Настя задумалась:

– Я могу сочинить стихотворение в особом состоянии...– и вдруг резко замолчала. Ей совсем не хотелось говорить об этом. Но затем вдруг продолжила: – когда эмоции начинают меня переполнять, они выплескиваются на бумагу в виде стихов...

– Но вы давно не писали стихи...

Откуда он это знает?

– Да.

– Что Вам мешает?

– Я понимаю, что мне стало бы легче, если б удалось сочинить стихотворение. Но нет ни слова и ни строчки... Это не совместимо со стихами...

– Вы любите мечтать?

– Нет.

– Впервые встречаю человека, который запрещает себе мечтать.

– Я хорошо знаю свои возможности.

– Домашнее задание: подумайте, зачем человеку нужна мечта.

– Хорошо. Я подумаю...

– Вы чувствуете, когда у человека депрессия...

– Да.

– Сразу же?

– Нет, надо побыть какое-то время рядом.

– Вы пытаетесь помочь?

– Да, только делать это надо очень осторожно, иначе самой может стать плохо.

Зачем он все это спрашивает?

## Глава 3

Дмитрий начал оказывать Насте помощь. Но она была вся как запутанный клубок. Дернет за одну ниточку, разовьет одну тему, нет, не получается. Дернет за другую ниточку, разовьет, казалось бы, другую тему, опять не то. Так безрезультатно прошло несколько занятий. Дмитрий пробовал подходить к Насте с разных сторон, но-увы-она никак не могла раскрыться ему. Она видела, как он переживает очередную неудачу, но ничем не могла ему помочь. Настя была совершенно замкнута эмоционально. Она опасалась, что он опять введет ее в транс. И, потом, она его совершенно не знала! Как можно открыться незнакомому человеку? Он же, в свою очередь, держал дистанцию.

Настя пришла на очередное занятие. Не успела усестыся в кресло, как он сказал:

– Что-то погода сегодня плохая.

– А что с погодой? – Настя испуганно посмотрела в окно – стоял солнечный день.

– И палас сегодня грязный.

– По-моему, очень чистый, он всегда такой.

– Плохо уборщица делает уборку, – настаивал Дмитрий.

Настя вздохнула и улыбнулась: – Что-то у вас сегодня, Дмитрий Александрович какая-то депрессия...

– У меня нет депрессии, – тут же откликнулся он, – я вас обманул.

Настя быстро отвернулась, чтоб скрыть обиду: как же она сгруппировала, проявила сочувствие, и что теперь? Молчать? Общаться? Я хочу общаться!

Настя повернулась к Дмитрию, широко улыбнулась и сказала:

– Хорошо, что у вас все хорошо!

«Вы не обиделись?» промелькнуло в его глазах

«Один – ноль, ваша польза»

«Что это?»

«Игра в теннис»

«Понятно. Вы помните, я же помог вам, выписал снотворное, когда оно вдруг срочно потребовалось?...»

«Да... спасибо... я очень благодарна. До сих пор я не принимала снотворное».

«Значит, мир?»

«Мир».

Они что, мысленно разговаривают?

– Начнем занятие, – сказал Дмитрий.

После этого лед тронулся. Настя понемногу начала говорить о себе. Дмитрий в свою очередь сам начал раскрываться, хотя в его обязанности это не входило, он же на работе и не обязан раскрываться каждому клиенту. Дмитрий был неизменно внимателен и вежлив. Он был, в конце концов, изумительным, интересным, сексуальным мужчиной!

Теперь Насте начало казаться, что без бесед с ним, она просто не сможет жить. Они были необходимы ей как воздух. В ней началась какая-то напряженная внутренняя работа. Что-то решалось, что-то сдвигалось со своего обычного места, на что-то начала смотреть совершенно по-иному. Настя даже почувствовала, как в ней растет желание сочинять стихи. А ведь она не сочиняла их уже много лет, мало того, она даже запрещала себе читать стихи, как свои, так и чужие. Ее чувственность, романтичность, поэтичность сознательно ею подавлялись.

Стихи пишут только неудачники.

В ней росла и ширилась какая-то новая волна. Новая волна ее жизни. У нее просто не было слов выразить Дмитрию всю свою благодарность. Впервые за пятнадцать лет, Настя почувствовала, что эти неприятные эмоции, это внутреннее напряжение, которое ее мучило,

мешало ей жить, мешало ей спать, отступило от нее в прошлое, туда, где ему и положено было остаться.

Наступило лето. На очередном занятии Дмитрий сообщил:

– Наши занятия заканчиваются. У меня отпуск. Только вы будете решать, продолжать ли вам занятия осенью.

После подведения итогов этого курса занятий они расстались. У Насти осталось впечатление, что он очень устал. Сколько же своих сил он вложил в нее? Она чувствовала его усталость после их занятий.

Чудесные летние дни, отпуск, возможность выспаться наконец-то вволю, очень хорошо подействовали на Настю. Из нее вдруг рекой полились стихи. Иногда она едва успевала записывать их. Стихи были о любви... к Юре... Странно, ей казалось, что она уже давно не любит его. Оказывается, свою любовь к нему она запрятала глубоко в подсознание, а теперь все это начало выходить, искать свое естественное продолжение. Теперь Настя согласна с высказыванием Зигмунда Фрейда, что нельзя отказываться от любви.

Настя выходила по утрам в садик, любовалась на цветы, садилась на лавочку. Через некоторое время воробьи, привыкнув к ее присутствию, снова начинали чирикать и что-то клевать почти у самых ее ног. Она смотрела на небо. Оно завораживало. Однажды, прямо на ее глазах появилась радуга. Настя пыталась найти все семь цветов, но видела только три: фиолетовый, зеленый, розовый...

Радуга соединяла небо и землю, а потом исчезла. Настя чувствовала себя счастливой...

И еще важный вывод, который она сделала для себя: нельзя противопоставлять разум и чувства.

Ну и конечно: «Можно с удовольствием принимать помощь от окружающих!»

Жаль, она не знала этого раньше.

Наступила осень. Листья пожелтели и навевали грусть. Что же делать теперь? Ей очень хотелось продолжить занятия, просто, чтобы общаться с Дмитрием. Но она не могла придумать предлог для занятий. Ей казалось, что она уже совершенно не нуждается в услугах психотерапевта. Настя и не подозревала, сколько еще у нее «тараканов» в голове, и что она представляет собой обширное поле деятельности. Ладно, решила Настя, причину я придумаю потом, и снова записалась на занятие.

Первое занятие было каким-то сумбурным. Они оба вели себя как-то неестественно. Дмитрий спросил:

– Сколько раз в неделю Вы бы хотели заниматься?

Два, три?

– Два.

– Чем вы занимались в отпуске?

– Писала стихи

«Хорошие получились стихи?»

«Не шедевры мировой литературы, но это не важно, важно то, что мне, наконец, удалось выразить свои чувства в стихах»

«Вы можете рассказать о себе?»

«Нет, только прочитать один стих»

«Мне не надо читать стихи»

У Насти внезапно испортилось настроение. Ему не нужны мои стихи...

– А что Вы еще делали в отпуске?»

– Отдыхала.

«А как же забор? Вы же его отремонтировали»

«Ах, да, забор... Это потребовало столько сил и денег, что лучше не вспоминать»  
Они что, опять мысленно разговаривают?

– Зачем вы пришли на занятие?

– Я... пришла на занятие, чтобы научиться релаксации, а потом дома заниматься, и засыпать.

Настя придумала это почти на ходу.

– Хорошо, займемся релаксацией

Однако этот сеанс прошел почему-то очень неудачно.

Настя пришла домой в полном недоумении. Значит, он считает, что ей не надо ходить на занятия. Но почему? Она ему неприятна? Может быть, он понял, что она влюблена в него? Но ведь она старалась не выдавать себя, и уж тем более в ее планы не входило врывать в его семью. Неужели ему так неприятна ее симпатия? Да, она признает, что все-таки как-то особенно улыбалась ему и иногда, совершенно неожиданно для себя немного флиртвала. Насте всегда претило казаться навязчивой. Неужели в этот раз ей это не удалось?

Настя решила не ходить больше на занятия; сообщила об этом Дмитрию по телефону. Они говорили, не слушая друг друга, одновременно высказывали каждый свои мысли, но, кажется, вполне дружелюбно простились.

На Настю навалилась какая-то тоска. Еще эта противная осенняя погода. Моросит мелкий дождь, слякоть, тучи плотно заволокли небо, не видно ни одного солнечного лучика. Осенью ей и так бывает плохо, но в этом году особенно. Насте все время хотелось плакать, что она и делала по ночам. Вечерами бродила по городку, пытаясь хоть как-то успокоиться. В пору опять искать психолога, теперь уже для выхода из депрессии.

Настя сидела на работе, уставившись в свои бумаги и вдруг отчетливо «увидела» глаза Дмитрия. Он «смотрел» прямо ей в глаза и «произнес»: приходи на занятия!

Настя вздрогнула. Она что, сходит с ума? Как бы ей хотелось прийти на занятия, но ведь она расплачется и признается ему в любви...

Нет! Ни за что, это просто смешно! Да, но что это было?

Целых два месяца Настя приходила в себя. А потом решила, что все, что ни делается, все делается к лучшему. Боль и обида начали понемногу отступать. Теперь она обратила внимание на дочь. Катя стала молчаливой и задумчивой. Бедная, маленькая девочка, и ей тоже досталось. А потом Насте на глаза попался журнал со статьей о психологах. Оказалось, что многие женщины влюбляются в своих психотерапевтов. Это называется «побочный эффект». В следующий раз, когда ей будет нужна помощь психолога, она выберет женщину. И все же, ей хотелось уточнить это для себя: она ведь влюбилась в Дмитрия с первого взгляда еще до того, как начались занятия. Она просто увидела его в коридоре...

Настя шла с работы на обед. Слишком поздно она увидела Дмитрия, он шел в сторону поликлиники, и сейчас они неминуемо столкнутся...

Настя приостановилась, взглянула на него, кивнула головой, в знак приветствия... Он тоже приостановился, кивнул...

«Проходите, я Вас очень уважаю».

«Даже не представляю, за что меня можно так уважать», – смутилась Настя. Снова взглянула на него: «У него нет настроения. Наверное, что ни будь на работе».

«Это из-за тебя. Посмотри, что ты сделала».

Настя «увидела» поток жгучей боли, и отчаяния... Желтый поток боли все набирал силу, неся разрушение и страдания.

«Но я же позвонила...».

«К черту звонки!».

«Это сделала я?... О Боже... Я не знала...».

« А если бы знала?».

«Обязательно бы пришла!».

Настя осторожно «взглянула» в сторону потока, он к счастью остановился. Слово «О, Боже!» преградило ему путь.

« Я волновался за тебя...».

Промелькнул вихрь похожий на тайную любовь и исчез.

Настя как будто вобрала в себя его боль, не взяв только тайное чувство. Так будет правильно...

«Ну, и зря! Все хорошо».

«Правда?».

« Полная гармония. Разве можно так переживать?!».

«Я чувствую свою вину...».

Чувство вины тянулось к земле темными клубами.

« Ты ни в чем не виноват, это ...мои заморочки».

## **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.