



**Шум**

**Ася**

СОДЕРЖИТ  
НЕЦЕНЗУРНУЮ  
БРАНЬ

18+

# Ася Шум

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=63903462](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=63903462)*

*SelfPub; 2021*

## **Аннотация**

Как часто вы ощущаете счастье? А может, вы его и не ощущали вовсе? Или было похожее чувство, но вы не уверены. Для чего живёте? Зачем проснулись с утра? Чтобы наслаждаться? А может, от того, что надо на работу. Я просыпалась ради получения удовольствия на протяжении многих лет, но за всё нужно платить. В этой книге я показала, как живут многие с виду успешные девушки в 21 веке. Красивые, но что скрывается за этой красотой? Я страдала расстройством пищевого поведения, работала проституткой, принимала наркотики и всё это только ради одного – получить удовольствие, за которое потом приходилось расплачиваться. Меняла своё тело на деньги, покупала еду, а после принимала наркотики, чтобы забыться. Я жила так не один год. Но я справилась со всем этим и хочу поделиться своим опытом, чтобы доказать – после черного всегда наступает белое. Вы узнаете много фактов о проститутках, наркоманках и булимичках, а также поймёте, ради чего проснулись сегодня...

Содержит нецензурную брань.

# Содержание

Знакомство	4
0-6	6
7-10	13
11-12	35
13-14	64
15	89
16	108
Конец ознакомительного фрагмента.	130

# Ася Шум

## Знакомство

Доброго времени суток, мой дорогой читатель! Каждое слово в этой книге будет чистейшей правдой о моей жизни, потому как я пишу автобиографию. Хотя бы книга должна знать всю правду о том, что я чувствую, какие люди меня окружали и какие события привели меня в тюрьму, которую я построила сама для себя, с любовью.

Родилась я необычным ребёнком, а точнее меня такой сделали врачи. После суток безуспешных самостоятельных родов, моей маме сделали кесарево сечение. В связи с этим, у меня нашли какие-то отклонения. Врачи долго не могли понять, что со мной не так, я родилась слабенькой и меня решили просто положить на подоконник умирать. Мол роды были тяжелые и мамочка в плохом состоянии, зачем искать причину, когда ситуация соответствует высокой вероятности смерти ребёночка. Но на вопрос моей мамы, которая уже тогда чувствовала своим материнским сердцем, что что-то не так, «Где мой ребёнок?» Они замешкались и она тут же позвонила родственникам. Прибежала бабушка с моей будущей крёстной скандал. К тому времени прошло уже 3 суток

с моего рождения, и только на четвёртые сутки на меня обратили внимание. Только после жуткого скандала и нескольких жалоб меня решили всё-таки спасти, а не пускать все на самотёк. К тому времени мне уже понадобилось переливание крови, а ближайший подходящий донор, мой папа, наелся сала перед сдачей анализов. Соответственно он уже не подходил. Врачи воспользовались второй положительной из банка крови на базе того злополучного родильного дома. Нас с мамой выписали. Как оказалось позже, та кровь была заражена гепатитом С. Может халатность врачей, или судьба у меня такая, в общем, спустя некоторое время случилось чудо. Я пожелтела. А чудо потому что желтеет 1 ребёнок из четырёх. И это единственный признак, по которому мне удалось поставить диагноз. А если бы я оказалась из тех троих, что не желтеют, то диагноз 100 процентов бы не поставили. Так я и росла с гепатитом С и постоянной диетой. Можно было есть только вареные каши, овощи на пару и нежирные молочные продукты, ибо от любой другой пищи моя печень страдала и мог развиться цирроз, чему всячески препятствовала моя мама. Вот так нестандартно я начала свой разноцветный и концентрированный путь в жизнь.

## 0-6

Мне хотелось упомянуть самые первые воспоминания, возраст которых я могу назвать лишь примерно. В моей памяти четко отпечатались одно событие. По словам мамы, мне было на тот момент 4 года, но я помню свои размышления и помню ход мыслей, и даже обстановку, при которой происходила эта, почти забывшаяся, сцена.

В комнате темно. Из коридора, что находится сразу за детской, светит свет лампочки, приглушаемый занавесками. Раньше такие вешали в дверном проёме, когда дома велись ремонтные работы и межкомнатные двери ещё не поставили. И в другой ситуации, когда в семье не было денег установить настоящие двери, и они хоть как-то отделяли комнаты друг от друга. Тогда же эти занавески висели постоянно. Моя кровать находилась как раз недалеко от таких. Я вижу кошмарный сон: к моей кровати подходит монстр с венком в руках и хочет меня украсть. Уж не знаю, почему я так подумала, но в конечном итоге я проснулась. И мне вдруг стало так грустно и одиноко, мне так хотелось спать с мамой и папой, чего мне уже не разрешали делать. Но я так хочу, чтобы меня взяли на ручки и отнесли в родительскую большую кровать. Нужно сильно плакать, чтобы мама или папа услышали. Я всеми силами пытаюсь вызвать слёзы, но получилось тихо и слёзы не хотели катиться. Я стараюсь думать

о том, как мне грустно и какая я несчастная и слёзы сами польются. Через некоторое время пришла мама, взяла меня на ручки и унесла в их спальную.

Позже, лет так через 10, когда я рассказала маме это воспоминание, она узнала нашу старую квартиру, из которой мы переехали, когда мне было 5. И, хотя я была совсем маленькой, но я четко помню свои рассуждения, и что заплакала я тогда специально. И я помню еще много историй лет в 5-6.

Одно из ярчайших воспоминаний о том, как мы с моей младшей сестрой воровали конфеты из холодильника, дождавшись пока мама и папа уснут. И, пожалуй, это самое тёплое и близкое моему сердцу воспоминание, в котором главным героем была моя сестра. Её зовут Соня (кстати это я дала ей имя в честь любимой куклы). Родилась она, когда мне исполнилось 2 года. И мы всегда все делали вместе, мылись вместе, спали вместе, играли вместе, получали от родителей тоже вместе. И конечно же воровали конфеты тоже вместе. В один из таких «сладких» вечеров наш папа пошел в туалет именно в тот момент, когда мы стояли возле холодильника. И нас было прекрасно видно, а спрятаться некуда. Получив от папы ремня, мы с сестрой уснули довольные. Нам было весело, несмотря на легкое покалывание в области пятой точки, ибо ремень у папы был тяжелый и широкий. Но мы все равно знали, что папа добрый. Он нас отшлёпал потому что мама так сказала. Сам бы он так не поступил. Сказал бы ложиться спать и всё на этом. Таких ситуаций было

очень много. Мы с Соней росли любопытными девочками, хотелось узнать, как же работает эта штука, и эта, и вон та. Поэтому нередко ломали игрушки и даже некоторые родительские вещи. Мы очень любили играть в кукольные домики, у нас даже был целый набор со стульчиками, столиком и ванной комнатой. В далёком 2006 такие наборы продавались почти в каждом детском магазине, и родители их покупали своим детям, потому что сами росли в дефицитном СССР. И, соответственно в своём детстве у них не было такой роскоши в виде пластмассового розового унитаза, словно спичечный коробок, или целого комплекта одежды для кукол на разные случаи. А сейчас это стало доступно и мои родители на последние деньги покупали нам игрушки, за что я им безумно благодарна.

Ещё я помню мою покойную бабушку (папину маму) Она умерла, когда мне было 14, но память о ней и чувство благодарности не умрёт никогда. Её звали Лидия. Бабушкой Лидой называли её мы. Бабушка Лида всю жизнь работала учительницей начальных классов, а её муж – наш дедушка, впрочем, как и сын – наш папа – всю жизнь пил, причём это был хронический алкоголизм, от которого первый и скончался в 43 года. Бабушка Лида учила меня читать и писать и это такие бархатные, воздушные воспоминания, которыми я очень дорожу. Ещё я помню, как оставалась ночевать у неё. Мы раскладывали жесткий диван, на котором было безумно тесно, и я долго не могла уснуть, и просто лежала, вдыхая за-

пах от залежавшейся сорочки моей бабушки. А она уже давно уснула под звуки движения маятника на старых часах. А утром она готовила нам картошку и добавляла в неё сухарики и это сочетание я обожаю до сих пор. Потом мы шли смотреть телевизор. Обычно она любила смотреть русское лото, а я в это время уговаривала её почитать мне. Прошло уже лет 14, наверное, а я помню те дни, и со временем даже вспоминаю новые подробности, детали.

В садик я начала ходить только в 6 лет, то есть я пришла в, уже сформировавшуюся группу, всего лишь на 1 год. У меня была диета, которую нереально было соблюдать в общественном учреждении, а без неё я бы умерла. По крайней мере сколько себя помню, всегда слышала эту фразу от мамы: «Не ешь конфеты, хочешь умереть?» «Не ешь жареную картошку, мы столько сил и денег на тебя потратили, не для того чтобы ты себя гробила!» И все в этом духе. В садике меня не любили, не давали мне игрушки, и чтобы хоть как-то обратить внимание воспитателей и мамы, я жаловалась маме на одну девочку. Она ненавидела меня больше всех. Никогда не забуду её кудрявые волосы и противный голос. Её зовут Соня. Я приходила из садика и говорила маме: «Меня обижает одна девочка». Когда мама никак не реагировала, то я начинала придумывать всякие истории. Я хотела почувствовать защищённость, а для этого мама должна была поговорить с этой девочкой. И для этого нужна только очень критическая ситуация. Это я понимала уже в 6 лет, уже тогда я понима-

ла характер мамы. В общем в один из холодных вечеров я пришла из садика, мама очень любила, когда ей чешут спину (кстати и сейчас тоже), и я чесала спину, разместившись на огромной, как мне тогда казалось, родительской кровати. Я начала жаловаться, и самое страшное, но в то же время правдоподобное, я могла сказать про побои. Разумеется, меня никто не бил туфлей по голове, но мама так не думала. Ей я рассказала именно эту историю. Как одна кудрявая девочка Соня бьёт её дочь туфлей по голове. Это конечно странно, но мама мне поверила и на следующий день мы вместе заходили в группу. А я иду и боюсь, вдруг мама поверит той девочке, а не мне. Согласитесь, историю я придумала бредовую. По крайней мере сейчас мне именно так и кажется. И вы не представляете, какое счастье я испытала, когда мама ругалась с кем-то из-за меня. Мне было так приятно. С того момента девочки и мальчики со мной просто не разговаривали. Я была тихим ребёнком, по крайней мере в садике. Я просто играла с общими игрушками, и воображаемыми друзьями, но не в куклы. Я играла сама с собой в больницу и в повара. И мне это даже нравилось. Так было спокойнее. Меня точно никто не обзовёт и не отберёт свою игрушку, если вдруг я захочу играть по своим правилам. Поэтому в игре сама с собой правила устанавливала я сама. И это было волшебным.

С самого детства мы с Соней были очень дружны. Однажды, когда мамы и папы не было дома, а мы с сестрой бы-

ли дома одни, нам пришла гениальная идея. Так как нас не пускали гулять, нам очень хотелось на улицу. Это было лето и мы с завистью смотрели на играющих на улице ребят из окон на 5 этаже. Не помню, что именно нас подвигло, но мы открыли окно и принялись махать всем прохожим и детям. И сейчас то я понимаю, на сколько это было опасно. Ведь мы вставляли на табуретку, зализали на подоконник и оттуда кричали всем «привет» и махали маленькими ручками. Какое же счастье, что мы не вывалились из окна. Хотя, судя по воспоминаниям, вероятность падения была ну крайне высокой. Нас спасло только везение. Очень скоро прибежала мама и наорала на нас, ведь нам не разрешалось вообще открывать окна. Как выяснилось позже, ей позвонили знакомые, увидевшие знакомых детей. Чтобы было понятнее, мы жили в очень маленьком городке, где половина города – это мамы знакомые. По итогу нас поставили в угол на весь оставшийся день. А через неделю примерно пришёл мастер, который заколотил все окна, кроме форточек. А мама ещё долгое время упрекала нас, говорила «как дорого ей обходятся наши выебоны».

В этот период жизни случилось кое-что непоправимое для моей детской психики. Утро. Мама на кухне греет манку, пока я должна была собираться в садик. Быстро одевшись, я включила телевизор, который был настроен на беззвучную трансляцию, я наткнулась на порно канал. И конечно же стало очень любопытно и интересно от увиденных дей-

ствий. Инстинктивно мне захотелось повторить те смелые и откровенные движения, совершающие девушкой. Я сама не до конца понимала зачем я это делаю, но методом стимуляции клитора я испытала первое в жизни удовольствие в интимной сфере. Позже я повторяла эти движения и в садике на сонном часу, и даже играя с сестрой, с двоюродным братом в больницу проделывала подобные движения с ними и просила их об этом же. Однажды за такой сценой нас заметила мама, после чего меня водили к гинекологу. Никогда в жизни не забуду эти отвратительно – холодные, грубые женские руки с огромными и острыми накладными ногтями. Маме было очень интересно, не повредилась ли девственная плева после таких игр, но с этим было всё в порядке. Внешне конечно. Моя психика никого не интересовала.

## 7-10

Следующее яркое воспоминание это 1 сентября. Я точно помню, как мама и папа выбирали школу, в которой мне предстояло учиться. В нашем городе было несколько школ, но только одна располагалась возле нашего дома. И главным фактором, который интересовал родителей – это наличие дорог по пути в школу. Они боялись, что меня собьёт машина. И вообще я и не умела её переходить, я гуляла сама без родителей только 2 раза за всё детство, так как маме было спокойнее держать меня рядом с собой. Дома я точно не заболела, меня никто не украдёт, и я точно не потеряюсь. Только 2 раза меня отпустили одну выйти во двор. Хотя мне не особо понравилось гулять одной без детей, качаться на качелях, под которыми стелились огромные майские лужи.

Мне почти 7, много незнакомых детей, гимназия No 18. По началу я, как и все ребята, радовалась новому. Но как только я столкнулась с первыми трудностями интерес угас. Я училась почти хуже всех в классе, так мне говорила мама. Одна из самых сложных программ по математике по учебникам «Питерсон» день за днём делала меня интеллектуальным аутсайдером в классе. Я очень чётко помню, как учительница чёркала в моих рабочих тетрадках, все было неверно, некрасиво, неаккуратно. Приходя из школы, я ела и сразу садилась за учёбу. Моя, идеальная во всем мать, требова-

ла идеальной чистоты в тетрадках. За каждую ошибку я переписывала тетрадь сначала. Я писала и боялась, как бы не сделать ошибку. За каждую ошибку я получала ремнем по голой спине, и снова новая тетрадь и все сначала. Я плакала, переписывала, снова ошибалась и так по кругу, пока часы не показывали 11 вечера, тогда мама позволяла сделать 1 ошибку во всей тетради, ибо «всем нужно спать никто не будет тебя одну ждать». И так прошел целый год. В гимназии мне было очень трудно, я плакала каждый день. А однажды мама психанула. Когда я в очередной раз допустила ошибку, а время близилось к вечеру, я не хотела переписывать. Мне так надоело, хотелось спать, спина постоянно горела от ремня, иногда мама промахивалась и била по локтям, тогда я неделями ходила в водолазках с длинным рукавом, чтоб никто не увидел следы. Я карябала со всей силой ручкой в черновике и не переписывала. Тогда она сказала обуваться и уходить из дома. Истерика разразилась ещё больше. Я умоляла меня простить, называла её мамочкой, солнышком, говорила прости, пожалуйста, но это не помогало. Она только говорила, не мешай мне собирать пасьянс. (Пока я делала уроки, а она играла в компьютер с противоположной стороны комнаты). После таких истерик у меня начинала болеть голова, а после этого сильно хотелось спать. Спустя примерно пол часа мама разрешила мне ложиться спать, но при условии. Если я «заткнусь» и пойду в свою комнату. На следующее утро меня разбудили раньше на 1 час, и я дописывала всё то, что не

успела вечером. Это самое первое, яркое воспоминание, которое вызывает у меня жалость самой к себе. Позже я испытывала это чувство очень часто, и даже сейчас от одной мысли мне становиться жаль себя. И эта жалость вызывает положительные эмоции. Мне нравится жалеть себя. Мне комфортно в этом состоянии, как бы странно это не казалось.

Мозг человека – это удивительная и странная штука. Почему-то мы склонны запоминать только печальные моменты нашей жизни. Хорошие же воспринимаются как должная обыденность. Вот и у меня следующим эпизодом, всплывающем в моей памяти, является мой день рождения. И хотя я так и не поняла за эти годы, нравится мне этот праздник или нет, мой семилетний день рождения я, к сожалению, запомнила. Накануне дня рождения, вечером у нас с сестрой было хорошее настроение, мы дурачились. Родители в это время готовили мне торт на день рождения. И то ли мы слишком громко играли, то ли мама уже была уставшая и злая, в итоге родители нас пытались «заткнуть», что не очень хорошо действовало. Тогда нас поставили по углам, в наказание, и мама сказала очень обидную фразу, которая сейчас не кажется мне таковой: «Если вы не заткнётесь, то ни кусочка торта не получите». Как я отмечала свой семилетний день рождения я не помню в подробностях. Но эта фраза меня очень обидела. «Как тортом можно угрожать? У меня же праздник. Это же для меня!!!» Рассуждала я тогда. И было бы правильнее и логичнее запомнить само торжество, или момент задува-

ния свечей, или ещё что-нибудь в этом роде. А может никакого торжества и не было, может мы просто попили чай, как обычно? Но я запомнила только этот предпраздничный вечер и очередную грубую фразу из уст самого родного мне человека.

Я очень много времени уделяю матери в своём повествовании, но это не значит, что папы в моём детстве не было. И от папы я ни помню ни одного грубого слова. Может причина в его бесхарактерности, мягкости и доброте, а может быть его слова меня просто не так ранили, как мамины. Но факт остаётся фактом. Папа для своих дочек всегда был хорошим на фоне строгой мамы. И я помню насколько историй только с его участием. Мы вместе с ним ездили на мотоцикле на речку. Обожала папин мотоцикл, особенно когда он сажал меня на красный овальный бак, самой первой. Я как будто была главной. Видела дорогу. Делала вид что рулю, хотя на самом деле понимала, что рулит все равно папа. А однажды он сделал мне сюрприз. Прикрепил к рулю на мотоцикле звонок от велосипеда. О, Боже! Сколько у меня было счастья. Мне же папа сказал, что это газ. И во время поездок я сильно-сильно звенела в этот круглый звоночек и мне казалось, будто мы и правда едем быстрее. Волшебные воспоминания! Так вот вода на той речке была прозрачная, спокойная и холодная. И я с детства просто обожаю водичку. Я купалась и купалась, и даже помню, как терпела холод, только чтобы подольше побыть в воде. И я смутно помню ещё

одну картинку. С детства меня тянуло к творчеству. Парикмахерское искусство – это тоже творчество. Как-то раз мы с сестрой играли в парикмахерскую, только вот игра незаметно переросла в настоящие манипуляции с волосами. И так как я старшая, я была парикмахером, а сестра клиенткой. В ход пошли ножницы, баночка с водой и круглая расчёска. После этого дня, Соню пришлось вести к настоящему мастеру и стричь под мальчика. Позже эта история очень часто обсуждалась между сестрами, но только с улыбкой. А однажды манекеном был папа, чьи волосы чуть-чуть превышали 4 – 5 см. Я заплетала ему маленькие хвостики по всей голове и называла его ёжиком, и крепила где только можно заколки. А он тем временем смотрел телевизор. После непродолжительного времени он снял все это произведение искусств и пошел в магазин. Как выяснилось позже, не все заколки папа заметил. И несколько штук снял уже в магазине. И как это не грустно, но это и все истории, воспоминания о папе, которые отпечатались в моём сознании.

На летних каникулах мы с мамой и сестрой поехали к родственникам. Барнаул. Небольшое село. По словам мамы, папа ехать не захотел и остался дома. Это и стало переломным моментом для нашей семьи. Прошло лето. Время возвращаться домой, а мама задаёт нам с сестрой странные вопросы: «Хотели бы мы жить на новом месте всю жизнь?». И мы конечно же отвечали согласием. Но вот один нюанс нам был неизвестен. Присутствия папы в нашей дальнейшей

жизни не предусматривалось. И я не помню, как грустила по этому поводу, не помню, как плакала по нему. Я даже не могу точно сказать, было ли это. Просто с того лета я его больше не видела. А мне бы хотелось. Ведь мы не выбираем, любить папу и маму или нет. За нас выбрала природа, и эта безусловная любовь к родителям рождается внутри нас с момента первого крика ребёнка. И я не исключение. Я любила папу и маму, а в последствии скучала по первому, ввиду его отсутствия в нашей жизни.

В Барнауле нас встретили очень хорошо. Помню момент, как нас встречают с вокзала, после четырёх дневного пребывания в поезде. Мы сели в микроавтобус, что принадлежал моему дяде и поехали вдоль высоких и удивительно ярких деревьев. Ранее я не видела таких ярких красок. Здесь же вся природа пестрила контрастами красок. Я отчётливо помню просьбу моей крёстной к дяде: «Не гони, у нас в машине дети». В этот момент я почувствовала свою значимость для взрослых. Мне было приятно это слышать, значит на нас обращают внимание даже тогда, когда мы молчим, но присутствуем среди взрослых. Мы приехали в большой дом. Мне, Соне и маме выделили отдельную большую комнату, в которой мы и должны были прожить лето, а по итогу прожили года 3. Я смутно помню, что происходило в это лето. По помню только то, что крёстная безумно вкусно готовила и пыталась накормить меня чем-то из домашнего, но мама всячески запрещала ей. Вместо этого отправляла меня в бабуш-

кин магазин за заварной лапшой быстрого приготовления. Кстати я питалась ей и раньше. У родителей не было денег на нормальную еду. Сами они спасались от голода жареной картошкой, а мне её нельзя было есть. Именно поэтому папа ходил в магазин за этими порционными пакетиками с лапшой. Но это же ужасная еда. Сейчас я это понимаю, но раньше не понимала, так как была маленькой. А, для того чтобы сделать из этого пакетика блюдо, которое не противоречит предписанием моей диеты, из пакетика убирали все специи и заваривали просто слипшейся брикет этих заливных кудряшек. И я не до конца понимаю решение мамы кормить меня именно такой едой. Даже если варить обычные макароны, выходит дешевле. Но сколько себя помню, мама никогда не любила готовить. Именно поэтому первым навыком, который освоила маленькая семилетняя девочка, это готовить кушать. И до сих пор не понятно, почему именно эта лапша? Возможно причина в удобстве для родителей, а может мама в какой-то момент просто устала готовить для меня отдельно. Но факт остаётся фактом. Так вот мама также пыталась накормить меня этой лапшой, но родственники пытались донести до неё то, что даже в супе с пассеровкой на подсолнечном масле меньше вреда, чем в этих гадких пакетиках с кудряшками. И если честно, то в тихую от мамы я всё равно ела запрещённые мне блюда. Моя крёстная божественно готовит, именно она и привила ко мне любовь к кулинарии, и научила элементарным блюдам вроде борща и тушеной картошки.

И каждый раз, когда мама отлучалась куда-то, меня кормили нормальной домашней едой. А со временем я научилась готовить супы и вторые блюда без масла и прочих запрещенных ингредиентов. И это тоже было, довольно-таки вкусно, во всяком случае, вкуснее той лапши. И, хотя я и осуждаю маму за сам факт, того что меня пичкали этой дрянью, но с другой стороны, я её понимаю. Приходя с работы не всегда есть силы и желание готовить сначала для всех, а потом – и отдельно для меня. Проще было купить спасительный пакетик и сэкономить лишних пол часа на отдых. Но если совсем честно, то я и не помню, как она готовила, обычно она звонила папе, говорила пожарить картошку, пока сама едет с работы. Ужасные воспоминания. Ненавижу тему еды, но к моему несчастью, именно о ней я и споткнулась повзрослев. Впрочем, не хочу забегать вперёд.

Лето заканчивалось и меня записали в общеобразовательную школу. Что бы было понятна разница между городской гимназией и сельской школой – всю начальную школу я пользовалась старыми знаниями. Благодаря Питерсону, автору моих первых в жизни учебников, я изучила за первый класс программу за все 4 года в общеобразовательной школе. И соответственно школа не вызывала интереса. А мама тем временем пыталась устроить свою личную жизнь. В моих воспоминаниях возле неё всегда кружилось много мужчин, и сейчас я понимаю, что она с ними флиртовала, смеялась и общалась. У неё никогда не было девушек подруг, толь-

ко мужчины, а точнее мальчики, которых она старше лет на 10, наверное. Она носила обтягивающие вещи, её попа очень сильно выделялась на фоне невысокого роста и, относительно, стройной фигуры. Её попа всегда была в центре внимания мужчин и когда она поворачивалась к ним спиной, они все смотрели именно на попу. Мне было неприятно наблюдать за этим, но я молчала, ибо не понимала, как устроены отношения между мужчиной и женщиной, а только интуитивно догадывалась об их пошлых желаниях.

Второй класс прошёл относительно спокойно, ярких событий практически не происходило. Я постепенно привыкла к мысли, что папа больше с нами не живёт, что вокруг меня огромное количество родственников. В моей жизни появился новый родной человек, который в последствии заменил мне маму, когда та находилась по полгода без выходных на работе, занималась разделом имущества с нашим папой. Кстати все это время отец всячески пытался избежать ответственности и не хотел платить алименты. По крайней мере так говорила мама, и я склонна ей верить в этом вопросе. Так вот тот близкий человек – это моя крёстная мама. Она очень любит детей и старше меня всего на 12 лет. Это был единственный человек, который пытался защитить нас от мамы. Как-то раз очередным вечером мать пришла с работы и снова орала из-за чего-то. Я помню только, что плакали и стояли в углу мы с Соней каждый вечер и это не преувеличение, всегда был повод нас наказать, практически каждый вечер.

И вот однажды крёстная не выдержала и набросилась её душировать. Она кричала ей: «Что ты за мать такая, у которой дети каждый день в истерике бьются?». После этого они не разговаривали около года, находясь в соседних комнатах большую часть времени. После этого поступка она стала для меня стеной. Я стала всё ей рассказывать. Абсолютно всё, что у меня на душе и на сердце. Я точно знала, что эти тайны останутся только между нами. А когда она попала в аварию, я написала первый в моей жизни стих, посвящённый именно крёстной. Я назвала это своё первое поэтическое и, немножечко нескладное творение – «Мама». Эмоционально, она являлась для меня первой мамой. Я её не боялась, не ожидала агрессии. Она меня всему учила, причем не принудительно, а в мягкой форме. Она привила любовь к кулинарии, научила плести косички, научила подстригать правильно ногти и носить каблуки. Она научила меня позитивно мыслить и видеть во всём хорошее, в то время как от мамы я слышала только негатив и пессимизм. В разговоре с крёстной мне было невероятно легко. Она не влиwała в меня свои проблемы, не обсуждала со мной мужиков, как это делала мама. Да, платила за меня мама. Я не должна сейчас так принижать её, но я говорю только то, что чувствовала в тот момент. На семейных ужинах, а нас было человек 7 за одним столом, в отсутствии мамы, нас спрашивали, хотим ли мы лишения родительских прав. За мамину грубость, побои и моральное уничтожение на глазах у всей родни, её хотели лишить ро-

дательских прав и сразу забрать нас из детского дома. И я всем сердцем этого хотела. Я не хотела больше слушать как ей трудно, какие мы с Соней неблагодарные и что мы уже взрослые, чтобы знать о её любовниках (в 10 то лет). Но все это были только разговоры, и никто не захотел с этим связываться. Даже сейчас погружаясь в эти воспоминания мне становится больно за своё детство. Мне снова жаль тех маленьких девочек, которые хотели просто гулять на улице, а не сидеть целыми днями дома. Мы хотели оставаться после школы с одноклассниками у кого-нибудь дома. Но нам не разрешала мама. И если мы опаздывали домой, то нас ждало наказание. Обычно это был домашний арест. Помню, как мы были наказаны на, 3 недели вперёд. Мы были постоянно в состоянии напряжения, мы не знали в какую минуту у мамы испортится настроение, и она наорёт на нас за какую-нибудь не значительную оплошность, или вспомнит старую. Я так плохо помню хорошие воспоминания, связанные с мамой в период с 7 до 10 лет. Мы её ненавидели всеми нашими маленькими сердцами. Но когда это время обговаривалось уже во взрослом возрасте мама пыталась оправдать свои поступки. Она и сейчас считает, что всем детям достаётся. Всех бьют и всех ругают и жизнь у неё была тяжёлая и уставала она и ещё много оправданий в свою пользу, и что мы придумали или преувеличили все события. Но я не сумасшедшая, и родственники подтверждают все эти истории. Я все помню, мне было так больно от её слов, что я никогда их не

забуду. Однажды мы с сестрой не убрались вовремя, и она на нас наорала и наказала. Мы с Соней решили попросить у неё прощение и нарисовали ей рисунок. Сели на велосипед и поехали к магазину, где она работала. Она стояла у входа с каким-то мужчиной в своих отвратительных обтягивающих ярко-красных штанах, в которых очень сильно выделялась попа. Они смеялись, а когда она увидела нас с сестрой сказала следующую фразу, я запомнила её на всю жизнь: «Уёбывайте от сюда. Мне не нужны ваши рисунки, засуньте его в жопу себе, быстро домой». На тот момент мне было лет 9-10. И в этот момент во мне начала просыпаться гордость, я снова чувствовала себя униженной, мне было стыдно перед тем мужиком, обидно за сестру. И в этот момент мне хочется вспомнить какую-нибудь хорошую историю из жизни того периода. На ум приходят только путешествия, в которых не было мамы. Она в это время работала в магазине, чтобы нас взяли с собой. Что это значит? Моя бабушка со своей сестрой имели свой магазин, в котором и работали как продавцы. А когда собирались в какое-нибудь путешествие, просили маму поработать вместо них. Тогда нас брали без проблем. И если посмотреть с точки зрения мамы, то она пыталась делать для нас что-то хорошее. Она работала в магазине, а нас за это брали в путешествия. У нас даже много фотографий осталось с того времени. И рассматривая их я понимаю, что в детстве было много хорошего. Но все хорошее было без мамы. Само её отсутствие означало хороший

день. И это так ужасно ненавидеть человека, которого природа сделала самым любимым. Безумно сложно сочетать в себе и любовь и ненависть к одному человеку. Это разрушает. Но это моё испытание, которое научило меня очень многому. Главное – молчать и терпеть.

Нашей учебой мама больше не интересовалась. Она приняла противоположную позицию. На смену тотальному контролю пришло полное равнодушие. Она просто говорила, что мы уже большие и она верит нам. Для меня это было таким облегчением. Я могла сама выбирать время для занятий. Никто не наказывал меня за ошибки. Морально я была свободна, учеба начала приносить удовольствие. Мне было легко учиться. Я вообще не напрягалась, программа была мне известна, навыки вычисления имелись благодаря аналитическому уму. К тому же мама уезжала на полгода к папе, родственники отпускали нас гулять и все было хорошо, спокойно. И учёба, и настроение и соответственно все остальные сферы жизни были в полном порядке.

За первые 3 года в Барнауле папа звонил только раз. Помню, как долго плакала от радости, ведь он наконец-то позвонил. Я скучала по нему, но, когда пыталась дозвониться, номер был не доступен и так 3 года. Я чётко помню тот его звонок. Вся семья отмечала чей-то день рождения во дворе под навесом. Мы с Соней сидели в нарядных платьях и жевали всякие вкусности, которыми взрослые обычно закусывают алкоголь. И одна из родственниц подносит мне к уху

телефон, смотрит на меня, улыбается и произносит: «Бегите скорее в дом, это ваш папа». Я чётко помню эту эмоцию, мне было так радостно, что от переизбытка и концентрации эмоций полились слёзы. Видимо, мой организм не нашёл наилучшего способа выплеснуть эту эмоциональную струю. И это единственный раз в моей жизни, когда я расплакалась от счастья. Первый же вопрос, который меня интересовал, это почему папа нам так долго не звонил. И я искренне не понимала, что же такое случилось, не понимала, как можно просто так пропасть из жизни своих дочек. Возможно, любовь детей к родителям сильнее и безусловнее, нежели любовь родителей к детям. Ведь родители часто бросают детей, а дети не способны даже эмоционально бросить родителей, уже не упоминая о физической и финансовой стороне. Папа объяснил, когда мы вырастим, сами всё поймём. И сейчас я поняла. От брака по залёту не стоит ждать качественной, крепкой семьи. Мы ещё долго общались с папой, наверное, часа 2. Соня тоже с ним говорила, хотя она этого и не помнит. Но я помню. Я всё помню, что хоть как-то повлияло на меня. Будь то плохое или хорошее. Позже папа звонил нам примерно раз в полгода, и мне лично этого было достаточно. Хотя он просил не говорить маме о его звонках, она каким-то образом всё узнала, но не ругала нас. Просто с того момента начала рассказывать о нём как хорошее, так и плохое. Но вот что интересно, процентов 95 всей информации о нём из уст мамы это плохое. Но она же делала акцент на

объективности своих слов. «Говорю, как есть, а что так много отрицательных качеств, так это он человек такой, но я вас не настраиваю против него, просто у него такой характер». Но моё мнение таково, не бывает плохих людей только с отрицательными чертами характерами. Каждый поступок человека – это следствие прошлого опыта. И даже если наш папа был настолько плох, то зачем говорить об этом детям? Но рассуждая уже сейчас, я понимаю и маму, но не оправдываю. Отец не платил алименты и ей было очень тяжело нас поднимать одной. Отсюда и злость на него, и эмоциональные срывы на нас, и грубые, а порой и жестокие слова, но детская психика упорно не понимала этого, а воспринимала каждое такое слово, с этой отвратительной интонацией, как нелюбовь собственной мамы к своим детям. Всё это отпечаталось на нашей психике, сформировав не самые лучшие эмоциональные ассоциации и потерны со словом «мама». И хотя сейчас я в состоянии посмотреть на ситуацию её глазами, но в 8-10 лет сделать это было невозможно.

Через полгода мама вернулась. Разведенная, с мебелью из нашей старой квартиры, и постоянно в плохом настроении. Мы втроем жили в большой комнате, по соседству жила моя крёстная, а в последней комнате жила мамина тётя, которая и приютила нас на пару лет у себя. Я не помню точно, какие эмоции я испытывала от маминого приезда. Я не помню ни радости, ни грусти, ничего. Помню только последствия. Как изменилась наша жизнь. Теперь же мы с сестрой практиче-

ски не гуляли. Только когда мама на работе. Мы снова, как и раньше постоянно стояли в углу и были наказанные на неделю вперёд. Постоянные слёзы, крики, ругань надоели всем.

Примерно в то же время мама устроилась работать официанткой в большой санаторий. Для меня это было безмятежное время, так как мама уходила рано, а приходила поздно. До сих пор помню её график. Два дня потерпеть и два дня пожить. Два дня мама отдыхала и два дня работала. В Барнауле работа в общественном питании очень «сытная». После работы мама всегда приносила 2 больших пакета со вкусной едой. Я так любила разбирать эти пакеты, там всегда можно было заметить что-нибудь особенно вкусное, и соответственно съесть это первой, пока не съели другие домочадцы. Особенно запомнилась одна история, в которой участвовала моя сестра. В один из зимних дней, на каникулах, когда мама была на работе, от скуки мы решили построить домик в той большой комнате, что была выделена для нашей немногочисленной семьи. Мы нарядились в новогодние платья, обули белые праздничные туфли и принялись обыскивать весь дом в поисках больших одеял и покрывал. После непродолжительных розыскных операций, в самом центре комнаты уже лежала целая куча «строительного материала». Разложив 2 кресла, соединив их вместе и накрыв всё это произведение искусства одеялами, мы получили незамысловатую, полупрозрачную каморку. И для полного комфорта и «одомашнивания» территории мы притащили кучу еды из

холодильника. В ход пошли самые вкусные продукты, что были в холодильнике и чай, разбавленный холодной водой. Эта привычка передалась нам от мамы. Перетащив все эти атрибуты уюта и чревоугодия, мы принялись за еду прямо внутри домика. Соня сидела на подушках на полу, а я безуспешно пыталась поместиться повыше. Тарелки с едой стояли на кресле, причём не так уж и устойчиво. И как несложно догадаться, белые платья стали в разноцветную капельку из жира, свёклы и чая. Тарелки очень скоро оказались на наших платьях и полу. Разделочная доска с кружками чая благополучно оказались на ковре. А нашему смеху не было предела. И хотя мы понимали, что нам не избежать наказания, нам всё равно было весело. Ведь наказание последует позже, а сейчас время веселья. Платья мы конечно спрятали куда-то, а вот ковёр пришлось сушить феном. И это ещё одна часть веселья. Косячить вдвоём всегда веселее. Вспоминая такие моменты, я очень благодарна маме за сестру. Не представляю свою жизнь без этой маленькой, но бойкой девочки. И, хотя были моменты, когда я её обижала, само утверждаясь таким ужасным способом, я очень жалею об этом. В детстве мне доставляло дикое удовольствие подстёгивать её. Излюбленными моими кличками были «вантуз туалетный» и «торчки» (потому что в 10 лет у неё как раз начинала расти грудь). И, возможно, именно я внушила тогда комплексы. Но в осознанном возрасте я всё время исправляла свои юношеские ошибки. Всеми силами пыталась избавить её от ком-

плексов, учила одеваться, старалась привить чувство стиля, акцентировала внимание на достоинствах её прекрасной фигуры. На мой взгляд, я практически полностью всё исправила. Но, опять же, это моё мнение. И она будет права, если до сих пор на меня обижается. У неё есть все основания. И даже если это так, то я её понимаю. Ведь у каждого человека есть скрытые обиды, на которые выгоднее и проще всего не обращать внимание. Причём выбор помнить или нет, делается не всегда осознанно, а бывает наша нервная система нас оберегает от лишних переживаний. Так удобнее жить. Так проще.

После долгих скитаний по родственникам, мама купила дом. А если быть точнее, то нам помогла бабушка. Она заняла маме крупную сумму денег и помогла с поиском наилучшего варианта. Но мама не хочет признавать её помощь. Она считает, что бабушка ей никогда не помогала и дом – это заслуга только мамы. Дом был очень большой, но не ухоженный. Как и на многих, к дому прилагался земельный участок. Это был заброшенный огромный участок, на котором впоследствии было найдено куча шприцов и ампул. По словам соседей, этот дом долгое время сдавался. Сначала наркоманам, а потом патриархальной семье из нескольких поколений. В доме было 8 комнат, в одной из которых долго болела, а затем и умерла пожилая бабушка того многочисленного семейства. В этой комнате стоял ужасный запах. Бедная старушка испражнялась под себя, и от этого комната пропиталась смрадными запахами уходящей жизни. Позже эта ком-

ната стала детской. И не подумайте, нас не хотели таким способом принизить (для этого было много других способов), просто эта комната была самой тёплой. Таким образом мама проявляла свои чувства. Чем больше еды в холодильнике и чем теплее мы одеты, тем сильнее мама нас любит. Но мы этого не понимали, а пытались распознать любовь через слова, интонацию, эмоции. В итоге грубость и резкость не позволили нам понять мамину любовь, которая безусловно была, но расплывалась на фоне эмоционально-негативных выбросов от каких-то жизненных неудач нашей мамы, на нас с сестрой. От этой грубости мы чувствовали себя никчёмными. Это внушалось нам ежедневно. Но со временем, а точнее с наступлением подросткового возраста, мы копировали маму и защищались её излюбленным способом – грубостью. Но об этом позже.

С этой самой тёплой комнатой у меня вспоминается одна ассоциация, одно воспоминание. Когда мы не соглашались с мамой, не вовремя выполняли какие-то дела или некачественно, то нас наказывали. В основном под раздачу попадала я, как старшая. И сейчас я даже рада, что это была именно я, а не Соня. Потому что смотреть на то, как морально унижают Соню для меня было ещё больнее, нежели самой быть наказанной. Наказание обычно заключалось в следующем: мама меня закрывала в той самой комнате, не разрешала выходить от туда, не разрешала ходить в туалет (я делала это в какие-то пакеты), не разрешала есть. Обычно я так си-

дела целый день. Ну если мама накажет вечером, то до вечера, потом засыпала в той же комнате, а утром мама уходила в магазин на работу. Соня хоть как-то пыталась мне помочь и приносила в комнату по-тихому еду, воду, и иногда банки, в которые я ходила в туалет. Кошмарные воспоминания, но так проходило моё детство. Я просто приняла это как испытание. Все эти события очень сблизили нас сестрой. Мы были одни против неё. Только мы могли поддержать друг друга, так как к родственникам нас не пускали, ибо мы слишком много им рассказывали. Поэтому из школы мы приходили по времени, а когда задерживались, то нас наказывали или ругали. Но мы всё равно умудрялись бегать к крёстной, жаловаться ей на маму, и нам становилось от этого легче. Иногда я себя спрашиваю, правильно ли я поступала? Ведь нехорошо жаловаться. И тогда я тоже это понимала, но мне хотелось сочувствия. Поддержки. Защиты. И да, я поступала правильно.

По причине острой нехватки денег и необходимости экономить на всём, в том числе и на еде, то мы с мамой очень часто пекли пироги. Чаще всего это был «манник» или «шарлотка». Но самое главное – вся семья принимала участие в приготовлении пирога. Обычно по вечерам, мы садились втроём перед телевизором, приносили несколько тарелочек, и принимались готовить. На один пирог уходило 2-3 часа времени, именно из-за длительной подготовки ингредиентов. В такие моменты дома было невероятно спокойно. И я с

теплотой вспоминаю эти моменты. Эти редкие моменты, а от того и такие ценные, родные. Я представляю, как маме было нелегко в этот момент. Ведь, это очень страшно – остаться одной, без поддержки мужчины, да ещё и с двумя детьми. Не хотелось бы оказаться на её месте. Сейчас мне искренне жаль маму, но в том возрасте я не понимала трудности её положения, а от меня требовали понимания. И это ещё одна тема для скандалов. Нет, не подумайте, мы не выпрашивали игрушки или сладости, нам давно дали понять, что на это денег нет. Мама практически приказывала нам сочувствовать ей, слушать её постоянные жалобы. А нам совсем не хотелось, поэтому мы просто не отвечали, а молчали. Тогда у неё портилось настроение, и мы получали дополнительные дела в список. Как бы я поступила сейчас? Да, я бы сказала то, что она хочет услышать. Я бы сказала «мама, я тебя понимаю, тебе очень тяжело». Но в 9 -10 лет, очень трудно понять, что от тебя ждёт человек, что хочет услышать в ответ на жалобы. Маме всегда казалось, что мы уже большие. Она всё время говорила эту фразу. Это невероятно удобно для неё и приятно для нас. Ведь все дели хотят быть взрослыми. А все взрослые хотят снова стать детьми. У детей старший возраст ассоциируется со свободой от родителей, а у взрослых – детство равносильно свободе от необходимости добывать материальные блага. Не знаю, насколько моё предположение соответствует действительности, но получается, что все хотят свободы в различных её проявлениях. А с другой стороны –

все люди и так свободны, а все ограничения только в голове. Это сложный вопрос, но в любом случае – пока мы живём в социуме, мы можем говорить только об относительной свободе. Иначе не может быть.

## 11-12

Одновременно с покупкой дома мама взяла в кредит старенький компьютер, которые сейчас уже мало где встретишь. На этом компьютере мама целыми днями слушала шансон, песни про воров, хотя сама она не сидела в тюрьме и нам с сестрой всегда это казалось странным. Но мы молчали, хотя эту музыку на весь дом всегда ненавидели. Она тяжёлая. В ней всегда говорилось о чём-то грустном, о смерти, о боли. Иногда от этой музыки у меня наворачивались слёзы. Так мне было грустно от смысла тех песен. Наверное, я была слишком тонкокожей, слишком близко принимала всё к сердцу, слишком много чувствовала. Слишком широко раскрывала своё детское сердце, что в него плевал всем, кому хотелось, даже родная мать. Но это была настоящая, искренняя я, и по-другому не умела. Да простит меня читатель за этот пессимизм.

Но мы с сестрой нашли и более интересное применение компьютеру. В школе мы узнали про существование компьютерных игр. Одноклассники мне давали диски с играми, я их устанавливала на мамин компьютер и возвращала. Моими любимыми играми были куколки барби и конечно же Sims. Мне безумно нравился этот симулятор реальной жизни. Я создавала персонажей, выбирала им внешность, одежду, характер. Но больше всего мне нравилось создавать до-

ма. Это так волшебно. Вводишь код на деньги, а затем обу-  
страиваешь дом как мне хочется. И тебе хватает денег на всё,  
что только захочется. Я была хозяйкой судьбы моих персо-  
нажей, а на мгновения забывала про нереальность этой жиз-  
ни, погружалась в игру, где было всё легко, доступно, пред-  
сказуемо, подконтрольно, а значит и безопасно. Мои персо-  
нажи всегда жили по одинаковому сценарию, который я сама  
им придумывала. Жена и муж всегда были поварами, читали  
очень много книг, развивали все навыки, которые можно бы-  
ло развить, заводил детей, за которыми не успевали следить  
из-за работы. В итоге дети выросли с «дефектами». Но из-  
за детей я не особо переживала. Главное в игре – это взрос-  
лые, а дети просто дополнение, ведь внешность детей выби-  
рала и создавала не я, а не случайная компьютерная комби-  
нация. Дома, в которых жили мои персонажи были малень-  
кими, но очень плотно обустроены мебелью. Я создавала эти  
дома такими, в каких мне бы самой хотелось жить. Для меня  
sims – это репетиция реальной жизни. Но в детстве я этого  
не осознавала. Только сейчас я это поняла, когда заметила  
сходство моих персонажей с моей реальной жизнью. Время  
за игрой проходило незаметно. Бывало, я целый день могла  
играть и не замечала наступление вечера. А когда смотрела  
на время, то с ужасом бежала выполнять тот список дел, ко-  
торый мама оставляла нам каждый день, уходя на работу. И  
в такие дни нас, как правило, отчитывали за низкое качество  
выполнения дел. Ведь список дел предполагал работу на 5-6

часов, а мы с Соней пулей бегали по дому и быстро выполняли работу. Но зато благодаря таким дням я научилась рационально распределять своё время и продумывать каждое своё движение для максимальной эффективности.

Ещё одним применением компьютера для меня стал просмотр порнографии. Я уже писала о том, что начала мастурбировать с 6 лет. С появлением компьютера и интернета эти акты только участились. Когда мама уходила на работу, а Соня ещё в школе, я заходила в интернет, вбивала в поисковике волшебное слово «порно» и следующие минут 20 впитывала в себя всю грязь всемирной паутины. Я зависела от этих манипуляций. Получив удовольствие давно в детстве, мне хотелось это повторить ещё и ещё. Но однажды я случайно забыла закрыть вкладку, и мама узнала о моём времяпрепровождении в интернете. Господи, как же она на меня орала. Она меня тогда не била. Она просто орала на весь дом «Я вырастила шлюху! Ты, наверное, уже и трахаешься налево и направо. Вырастила блядину! Уёбывай из дома!» И я ушла. Но к бабушке с зарёванным лицом стыдно идти по улице. И я решила пойти в сарай и успокоиться. Окно из комнаты, в которой стоял стол с компьютером выходило прямо на сарай. Когда мама увидела меня в сарае, она открыла окно и накричала ещё много гадостей. Даже не хочу писать все эти унижительные и безумно обидные слова, которые совсем никак не характеризовали меня. Но для мамы тема меня и секса просто сносит голову. Чуть что, и она говорит, что я шлю-

ха, хотя мне тога было 12 лет! С 12 лет меня мама называет шлюхой. Я просто смотрела порно, да не хорошо, но я же ни с кем не спала. Я не шлюха, впрочем, это её не интересовало. Слушая всю эту гадость, у меня случилась сильнейшая истерика. Я лежала в сарае на холодном бетоне, среди пакетов с мусором и рыдала. Мне было так обидно и стыдно. Но я сама виновата, забыла закрыть вкладку. После этих слов, уже не было стимула быть приличной девочкой, он просто исчез. Моя мама считает меня шлюхой, хотя я даже ни разу не целовалась с мальчиком. Как же неприятно. Что плохого я совершила за свою маленькую жизнь, чтобы испытывать такие кошмарные эмоции? За что Господь меня так наказывает? Я никому ни делала так больно! Это несправедливо! Черт возьми, это невыносимо больно. Больно чувствовать. Больно слушать все эти слова. После такого, казалось, больно даже дышать. Я ненавидела жизнь. Снова не хотела жить. Но боролась с этими мыслями, ведь после плохого наступает хорошее. Я верила в это.

Что для вас значит лето? Солнышко? Отпуск? Дача? Для жителей курортных районов, лето – это самое эффективное время для заработка. И для нашей деревушки это не было исключением. Чтобы поскорее выплатить долг бабушке, мама устроилась на высокооплачиваемую, но сложную работу прямо на берегу реки. За десятидневную работу барменом мама заработала месячную зарплату в бабушкином магазине. Соответственно, на следующий летний сезон мама вышла

на ту же работу, но уже не на 10 дней, а на полгода. И с этого времени, на протяжении 6 лет, мама по 5-6 месяцев в году не жила дома, а жила на работе. На базе отдыха. А мы с сестрой? Мы жили у родственников. То у бабушки, то у крестной. Мы очень любим лето. Это было самым спокойным временем в нашей жизни. Нам не надо было каждый день мыть полы, пылесосить, готовить еду, стирать, следить за животными и терпеть мамины жалобы и рассказы о том, какая у неё ужасная жизнь, какая она молодец, и какие её окружают ужасные люди. Причем ужасными людьми были все, кроме неё. И, если бы я прочитала эти строки в какой-нибудь другой книге, то посчитала бы автора лгуном. Но не может быть, чтобы человек видел только недостатки в окружающих. Невозможно считать единственным правильным мнением только своё. И, по правде говоря, кроме мамы я больше и не встречала таких людей. Но она считала себя богиней, и не отрицала своего совершенства и превосходства над всеми окружающими. Кстати говоря, её жизненная позиция остаётся таковой и по сегодняшний день. Хотя ей уже за 40. И это очень странно. Мы же в свою очередь, должны были молчать и соглашаться с каждым её словом, должны были прекратить общение с родственниками, которые на некоторое время (как правило после ссоры) становились для неё врагами номер один. И её не интересовало наше мнение, желания, чувства. «Мы её собственность» Эти слова я слышала очень часто. Но втихую мы все же бегали к тётям, бабушке и другим её «краткосроч-

ным врагам». Только им мы могли рассказать, что у нас на душе, о чём думаем, что чувствуем, чего хотим. Нам это было необходимо как вдох свежим воздухом, чтоб были силы и дальше молчать, соглашаться против воли с её мнением, терпеть и поддакивать. В противном же случае, следовали долгие разговоры, в которых мать переубеждала нас и чуть-ли не приказывала согласиться с её мнением. В итоге она все равно оставалась права. И не было ни раза в жизни, чтобы она признала свою неправоту. А мы с сестрой тем временем тихо ненавидели её. И это невероятно сложно и любить, и ненавидеть самого родного человека на всей земле.

Этот период ассоциируется у меня с работой. Да, работала на базе отдыха не только мама, но и мы с сестрой. Первые мои деньги я заработала в 10 лет. И очень хорошая мамина черта характера, я бы даже сказала, одна из лучших, это честность. Все заработанные у неё деньги мы оставляли себе. Хотя логичнее было бы отдавать их маме, но она поступала очень мудро. Она дала нам с сестрой уникальную возможность – учиться тратить деньги самостоятельно. За что я ей безумно благодарна и по сей день. Возможно покажется странным, или даже невозможным, сам факт работы десятилетней девочки. Но мама меня научила. Она жила в небольшом киоске, реализующем алкогольные напитки. В ассортименте было разливное вино, коньяк, наливки, водка в бутылках, сигареты, небольшой ассортимент закуски в виде снеков, сигареты, презервативы и прочие мелочи, так необходи-

мые людям на отдыхе. Рядом с киоском располагалась моро- зилка с мороженым, а также домики с попкорном и пиво на розлив. За всё это отвечала наша мать. Как вы уже поняли, выходных у неё не было. Уехала в мае, приехала в октябре. И как любому человеку, ей жизненно необходим был отдых. Тогда ей и пришла гениальная мысль – дать сначала мне, а потом и Соне возможность заработать деньги. А ей отдыхать несколько часов в день. В обед, когда большинство покупа- телей купаются в реке, мама ложилась спать часа на 3 – 4, а я должна была работать вместо неё. В 10 лет я научилась раз- бираться в алкогольных напитках. Четко знала сколько со- держится спирта и сахара в сухом, полусладком, десертном и крепленом вине. Знала, сколько примерно грамм нужно да- вать покупателям на дегустацию, дабы не уйти в минус, а на- оборот способствовать большему товарообороту, а соответ- ственно и выручке. Умела наливать пенящиеся живое пиво так, чтобы пены почти не было, знала, как обмануть поку- пателей на 10-20 рублей, чтобы съесть лишнее мороженое. Обычно я так делала при больших покупках, когда люди на- купали на 500 рублей и выше. Кстати мама это не одобряла, но я так все равно делала. Понимала, что я ребёнок и все- гда можно было сказать – «Ой, извините, ошиблась». И лю- ди думали «Понабирают малолеток, они так и в минус уйти могут». Но я чётко понимала, если друг запуталась, пересчи- тать ещё раз на калькуляторе, и тогда можно добавить ещё рублей 10, тогда точно не придерутся, я же 2 раза пересчи-

тала. И мне не было жаль покупателей. Меня всегда беспокоила эта несправедливость. Почему девочка моего возраста идет со сладкой ватой на дискотеку, а я стою грязная, потная и обслуживаю всяких накремованных дамочек. Чем я хуже этих людей и детей в белых одеждах? И у меня сформировалось четкое понимание того, какую жизнь я хочу. Я пообещала себе, что плохо жить не буду. У меня должны быть деньги во взрослом возрасте.

Обычно я работала у мамы 2-3 недели в сезон. Не помню, сколько я зарабатывала, но точно помню на что тратила. По мнению мамы, в одной и той же школьной форме можно ходить 2-3 года. А мне с самого детства хотелось выглядеть хорошо. По этой же причине я начала носить обувь на высоком каблуке и красться в 10 лет. Хотя сейчас я и понимаю, что это было не уместно и даже противоестественным с физиологической точки зрения, тогда я этого не понимала. В 11 я уже умела пользоваться тушью, карандашом для глаз, тональной основой, пудрой и тенями. И конечно же мне не хотелось носить старые вещи. По этой причине я каждый год тратила все свои заработанные деньги на новую школьную форму, сумки и обувь. Я умела экономить на не очень важных вещах. К примеру, мне было жалко тратить деньги на сладости, которые принесут удовольствие на 10-20 мин, а вот новая юбка будет радовать и отличать от всех одноклассниц целый учебный год. И если честно, то в детстве мне хотелось выглядеть взрослее, красивее и богаче своих

одноклассниц. Я была немного высокомерной, за что меня не очень любили учителя и особенно одноклассницы. А мне это нравилось. Еще и поэтому отношения со сверстниками складывались не очень благополучно, и это нормальная реакция десятилетних детей. В этом возрасте человек особенно нуждается в самоутверждении. А самый простой способ – самоутвердиться за счёт «наиболее отличающейся особи в стае», каковой являлась именно я.

А в одно лето, не помню точно сколько мне было лет, я успела поработать и у мамы и в другом месте. К нам в ларёк часто приходил один странный мужчина. У него в руках всегда был тряпочный мешочек, из-под которого выглядывали деревянные бусы. Тогда я ещё не знала, что чётки, на которых они отсчитывают прочтённое количество мантр. Этот мужичок носил смешную шляпу и значительно отличался внешним видом от остальных отдыхающих. Спустя несколько дней после его появления мы узнали о нем много интересного. Он прилетел из Москвы на 2-3 недели. Его жена – хозяйка соседней базы отдыха. А сам он принадлежал к необычной вере или секте, я так и не поняла, – к кришнаитам. Как-то раз этот странный, невысокий мужичок обмолвился фразой «Мы повара ищем, к нам дети скоро приедут». И как можно было подумать, имелось ввиду 2-3 ребёнка, а нет. На самом деле приехал целый лагерь из 30 подростков. Все они – кришнаиты. Им нужен был помощник повара. Мама предложила эту работу мне, и я с удовольствием согласи-

лась. За те 2 недели мне заплатили совсем не много денег, но вот опыта я вынесла из той кухни, из тех разговорах о божестве, о жизни, о вселенной, обо всём. Невероятно большой объем опыта, информации и конечно же поварских навыков.

На базе отдыха располагалась небольшая полевая кухня, специально для таких вот случаев. На ней можно было приготовить пищу на несколько десятков человек. Это была единственная подобная кухня на всей этой огромной территории базы. Оборудование было максимально простое и дешёвое, не на много отличающееся от обычной домашней техники. Моим начальником стал удивительнейший человек. До сих пор помню его имя – Вацепалопрабу. Только бы вы знали, с каким трудом я запомнила это слово. Он тоже относился к кришнаитам, как собственно и всё моё окружение тем летом. Они все прилетели из Москвы отдохнуть, а кто-то поработать. Все как один ходили со странными мешочками на правой руке. Никто из девушек не наносил макияж, не носил бюстгалтеры, не носил юбки короче щиколотки на ноге. Но все они были такие живые, такие чистые, искренние. Как будто им все равно на мнение окружающих. Ну торчат у них соски, но это же естественно. Хотя для меня это было дико, но в глубине души я их очень понимала. Они свободны от мнения окружающих и это заставляет их уважать. Все эти люди часами слушали очень странную музыку, в которой было так мало слов

«Хари Кришна Хари Кришна

Кришна Кришна Харе Харе  
Харе Рама Харе Рама  
Рама Рама Харе Харе»

Я запомнила их очень хорошо, потому что на кухне всегда играла разная музыка, состоящая только из этих слов, однако мелодия была разной. И этот факт меня сильно удивил. «Странно, зачем им так много одинаковых». Эти люди были необычны во всём. Например, во время приготовления еды продукты нельзя было пробовать, это оскверняло еду. Пища, над которой не прочтены молитвы, называлась «просак». Они говорили, такая пища не принесёт всей пользы для организма, какую приносит после прочтения молитв. Это безумно и странно. Но мне нравились эти люди. Они очень нейтрально говорили о Боге, хотя я и была другой веры, но ничем не была ущемлена. Я точно так же питалась с ними за одним столом, разговаривала с ними о боге, объясняла свою позицию, но мне ни разу не сказали что-то вроде «Твоего бога нет».

Все эти люди были помешаны на духовной чистоте. Всё «очищалось» молитвами. И я не до конца понимала суть этого процесса, и каким образом они представляют очищение с помощью слов. Но сейчас же, я поняла, что каждое наше слова – это энергия. И мы её не видим, как и не видим и микроволновые излучения. Но, несмотря на то, что мы их не видим, они всё равно существуют. Это легко проверить, поместив что-нибудь в микроволновую печь. По итогу изме-

нится температура предмета или пищи, или всего, что мы туда поместим. Тогда почему бы и не поверить в существование невидимой энергии, которая исходит от человека, от его слов. Я думаю, что это аналогичные, ну или очень схожие примеры. Сейчас мне это понятнее, я склонна больше верить в существование высших сил, высшей энергии. Но в 11 или 12 лет для меня это было мутным пятном в сознании. Вся та информация посеяла во мне очень много зёрнышек, которые с того момента начали прорасти. Посеяла космически огромное количество вопросов, ответы на которые я ежедневно, неосознанно, пыталась и пытаюсь до сих пор найти в своих размышлениях. И это великолепное, воодушевляющее чувство, что у тебя ещё остались вопросы к этому миру. Значит ещё есть смысл и интерес жить дальше. Впрочем, это я сейчас. Лучше я сначала расскажу о моей прошлой жизни. Пожалуй, продолжу.

По причине острой нехватки денег, мама решила сдавать половину дома для командировочных. В нашей деревне проходит несколько железных дорог. Спрос на съёмное жильё был всегда. Вот мама и решила сдавать часть дома, чтобы быстрее отдать долги. Кстати именно это и помогло нашей семье встать на ноги, рассчитаться с долгами. Квартирантами были только мужчины. Они уезжали в командировки на полгода, а иногда на год. Мама постоянно находилась на работе. Очень часто мы оставались наедине с 5-10 чужими мужчинами. Иногда ночевали без мамы. Только мы с сест-

рой и целый дом мужиков. С общей кухней и ванной. Туалет не всегда получалось закрыть на замок, так как дверная ручка часто ломалась. Это приносило массу дискомфорта, особенно когда в туалет неожиданно кто-то заходит. Ужасно. Стыдно. Неловко. И не только мне, но и тем мужчинам, что невольно становились свидетелями не очень приличных сцен. И сейчас я понимаю, чем это всё могла в конечном итоге закончиться. На вопрос маме «Ты не боишься нас оставлять одних с ними?» Получала краткий ответ «Не говори хуйню всякую». До сих пор не понимаю, как она не боялась. А вот я боялась. Поэтому с 12 лет примерно под подушкой у меня всегда лежал маленький ножичек. Это дико. И, непонятно, как эта идея пришла ко мне в голову, но рядом со мной спала младшая сестра. И я чувствовала ответственность за неё. Позже этот маленький ножичек всегда находился у меня под подушкой. Только так я могла спать спокойно. Ведь, как говорила моя крёстная, «Вы же не знаете, что у этих мужиков в голове твориться». А мы и правда не знали. И мама не знала, но почему-то доверяла им. Им – совершенно чужим мужикам, с которыми она общалась, смеялась, шутила, а иногда и флиртывала, хотя, может мне это и казалось. Но я пишу о том, что запомнила из детства. О том, какие эмоции, впечатления, мнения у меня складывались в детстве. О том, какой мне казался мир, именно глазами ребёнка. О мыслях ребёнка.

Очень скоро у меня начались первые конфликты в шко-

ле. В конце 4 класса к нам в класс поступила новенькая девочка. Моя тёска. И даже фамилии были созвучны. У обеих были младшие сёстры. Жили мы по соседству и конечно быстро стали лучшими подругами. Мы часто ходили друг к другу в гости, познакомили родителей, и огромное количество времени проводили вместе. Моя мама разрешала нам приводить её к нам домой. Мы играли в конкурс красоты, где старшие сестры выступали в роли стилистов, а младшие были моделями. И нам очень нравилось соревноваться. Они кушали в нашем доме, мы играли в наш компьютер по очереди, вместе катались с горок зимой и нам обоим нравился один и тот же мальчик. Моя подружка была круглой отличницей, с длинной косой, дорогим телефоном и крутыми, как всем казалось, родителями. У нас действительно было очень много общего. Но одна только черта отличала нас кардинально – она умела молчать, я сразу же делилась своими мыслями, как только они приходили мне в голову. И со временем у неё скопилось достаточно много компромата на меня. И хотя сейчас это даже звучит смешно, ну какой может быть компромат у девочек 10 лет? Но для унижения и самоутверждения за счёт этого не нужно очень много. Достаточно просто знать, кто нравится твоей подруге и всё – за пару дней можно из своей подруги сделать посмешище для всего класса. Так вышло и со мной. В классе все узнали про мои «чувства» к одному грубияну, который на день святого Валентина дарил мне бумажные сердечки, и я стала объектом для унижений на бли-

жайший учебный год. А этот милый мальчик, дабы подтвердить свою «нелюбовь» ко мне всячески стал меня унижать, обзывать и конечно же бить, что в нашем классе было абсолютно нормальным явлением. И мне, как нормальному ребёнку, было обидно, ведь меня предали и мальчик, и лучшая подруга, и весь класс. С этого момента я научилась скрывать свои секреты. Поняла, что не всё можно рассказывать людям, а тем более подругам.

Я считаю, что мне повезло с внешностью. У меня правильные черты лица, глаза хамелеоны, но в детстве были слегка неровные зубы. У Сони же зубы были совсем кривые. Росли в 2 ряда. Мама хотела исправить эти дефекты. Нас отвели к ортодонту. Очень скоро нам с Соней купили приборы, выравнивающие зубы. Силиконовые капы, где каждый зуб должен был попасть в свою ячейку. Первое время мне было неприятно его носить. А вот у Сони были сильнейшие боли. И я никогда не забуду ту первую ночь с этими проклятыми приборами. Мне было просто не приятно, а вот Соня проплакала всю ночь. Чтобы мы не сняли их мама спала с нами на раскладном диване. Соня плакала от боли, а мама только грубо говорила: «Заткнись и спи» «Мне надоело слушать твои завывания». А она не могла уснуть из-за боли. С этого момента я ненавидела эти приборы. Мне было жалко сестру, но я ничем не могла ей помочь. И от этих воспоминаний у меня каждый раз накатываются слёзы, хотя прошло уже очень и очень много лет. Но моей душе до сих пор боль-

но от той безысходности. Мама не сказала что-нибудь вроде «Ну потерпи немного, ты же сильная» Она только говорила «заткнись, я не могу уснуть», «Прекрати завывать». Никогда не забуду Сонины слёзы, скатывающиеся по сморщенному носу и, текущие на подушку слюни, и эти душераздирающие звуки плача. Я лежала и тоже тихо плакала, от жалости и от ненависти к матери. И хотя сейчас я понимаю, что ровные зубы – это очень красиво, но тогда нам было просто больно, но никого не интересовали наши чувства, наша боль и наше желание или нежелание носить эти силиконовые капюшны. Лучше бы я тогда чувствовала эту зубную боль, чем Соня. Я бы плакала тихо, и её сердце не разрывалось бы, как моё тем вечером. И я даже не знаю, почему мне так трудно вспоминать именно эту ночь. Толи от маминой грубости, то ли от безысходности ситуации, то ли от жалости к родной сестре. Самая кошмарная ночь в моей жизни.

Примерно одновременно с появлением приборов в наших жизнях, у нас появилось маленькое чудо – собачка. Она была глупой и грызла всё, до чего доставала. Мы с сестрой обожаем играть с ней. Купали её в тазу, сушили феном, прыскали духами. А самое любимое – забирались на шкаф, клали невероятное количество всевозможных одеял, подушек и всего, что находили мягким. А главным гостем в нашем мини-домике была та самая собачка. Сейчас мне непонятен смысл всех этих действий, но в детстве это было потрясающе, весело, необычно. Однажды утром, проснувшись как всегда с

мамой и сестрой на полутора метровой кровати (нам было жутко неудобно, но мама заставляла нас спать с ней, не понимаю почему), я обнаружила отсутствие прибора для выравнивания зубов. Эта маленькая силиконовая штука всё время выпадала изо рта, и, утром, пока мама спит, я её доставала и вставляла в рот. Сейчас мне хочется сказать только одно «Фу». Но тогда мне было все равно на пыль, ведь что такое пыль, по сравнению со скандалом? Контролировать нахождение прибора на месте во сне я не могла. Как бы мама не кричала на меня, ведь я его роняла ночью, всё равно просыпалась без него. Тут или не спать совсем или заклеивать рот клеем. Так и произошло тем утром. Как всегда, спуская руку вниз под кровать, с намерением достать этот силиконовый агрегат, я запаниковала. Его не было на привычном месте. Прибор пропал. Я практически сразу поняла, чьих лап и зубов дело. Проснулась мама, начала кричать, почему я без прибора? А я молчу. Ведь я так и не нашла его. Заправив постель, я стала искать этот ненавистный силиконовый мучитель. Опустив голову, под заправленную кровать, я впала в ступор. Останки прибора валялись под самым центром кровати. Как его доставать? Тут мама орёт, хотя ещё не знает о поломке. Под кровать лезть страшно, ведь щелочка, разделяющая перекладину и пол ну очень маленькая. Да я просто не пролезу туда. Так маме и сказала, нужно поднять кровать, на что услышала кучу матов в свой адрес, мол, доставай, как хочешь, но мебель мне не портить. Хотя надо было то

просто приподнять кровать. Дабы не раздувать ещё больший скандал я полезла под кровать, хотя уже тогда имела лиш- ний вес и крупные папины кости. Достав прибор, мне ста- ло жутко страшно. Во-первых, половина силикона сгрызла собачка. Во-вторых, я не могла вылезти обратно. Мама уже минут 10 сидела и смотрела на все эти действия. Сидела в кресле и говорила, какая я никчёмная и неблагодарная. Она отдавала последние деньги, а я выплёвываю этот чёртов при- бор. Но когда я поняла, что реально не могу вылезти, то у меня началась паника. Это были первые предпосылки к моей клаустрофобии. У меня началась истерика, стало невероят- но страшно, душно, пыльно, больно от давления переклады- ны. Я плакала и просила маму помочь мне, плакала и назы- вала её мамочкой, хотя обычно я её так никогда не называла. На что услышала слова, произнесённые спокойным голосом, слегка с ухмылкой, которые вряд – ли смогу забыть «А ты знаешь, у тебя больше нет матери». Лежа под этой тяжелен- ной кроватью, слыша эти слова, мне хотелось только одного – уйти куда-нибудь и не слушать все эти её слова. Но выбра- лась я только спустя минут пять, наверное. А чтобы больше не слышать её я сильно-сильно напрягала какие-то мышцы на шее, от этого в ушах шумело и половину маминых ядови- тых слов я не слыша. Даже сейчас я могу напрячь эти мыш- цы и снова шумит в ушах. Забавно. Но вот воспоминания не очень забавные. И я уже миллион раз себя спрашивала: «Почему я не могу просто всё это забыть и не вспоминать?»

Почему моя сестра вспоминает об этом только тогда, когда я напоминаю? Почему у меня нет такой же функции?» Но, видимо, так устроена моя нервная система. В общем выбралась я из-под кровати с поцарапанной спиной, локтями и с зарёванными и красными от пыли глазами. А мама невозмутимо и с отвращением смотрела на меня. А когда увидела испорченный прибор, то впала в ярость. Она по второму кругу, с новой злостью и даже бешенством стала кричать. И я её, на самом деле понимаю, дорогостоящая вещь была испорчена. И её неважно кем была испорчена и при каких обстоятельствах. Её эти нюансы не интересовали. Но я виновата не на 100 процентов. Я не могла приказать своей челюсти закрыться. Я это контролировала до тех пор, пока не усну. В итоге я была наказана. Уже забыла, как именно, но, по ощущениям – серьёзно. Со временем эта история забылась всеми. И сестрой, что в этот момент убиралась на кухне, и мамой, которая вообще не верит в то, что я в принципе застревала под кроватью. Для всех эта история была обыденностью. Но не для меня. Это был 1 раз, когда мама мне сказала: «У тебя нет больше матери, я тебе больше не мать». Тот щеночек прожил у нас недолго. Утонул в сливной яме. Соне решили не говорить. Но я сильно переживала и очень много плакала, но только тогда, когда Соня была в другой комнате. А в один момент, даже просила Господа забрать у меня 5 лет жизни и отдать их этому щенку. Это я его нашла. Мама отправила меня на улицу искать щенка, и я нашла. Это

маленькое толстенькое тельце плавало среди биологических отходов человека. На улице было холодно и, когда я его увидела, то вдруг почувствовала тот же холод, при котором он умирал. Ещё одна ужасная история моего детства. Но самое сложное было – объяснить Соне. Мама поручила мне рассказать историю о том, как мы его отдали в хорошие руки. Ей было трудно говорить. Она же не умеет врать. Хотя на самом деле умеет. Ей просто было жалко щенка, как и мне. И трудно говорить о смерти щеночка. Как будто бы мне легко?! Мне было невероятно сложно, ведь мы с ним играли как с ребёночком, а потом я увидела это плавающее в септике тело, а потом нужно было врать сестре, как ему хорошо живётся. Это было чертовски сложно. После каждой беседы с Соней я уходила в туалет, включала воду и тихо плакала. Я так сильно его любила...

Со временем мы наши зубки привыкли, больно уже почти не было. Была весна. Мама покупала много овощей и фруктов. И поэтому в холодильнике всегда была зелень. Я любила салаты, клубнику и особенно зелёный горох. Но салат нужно было нарезать только так, как любит мама. Как-то раз я слишком мелко нарезала огурцы, и она сказала, «Сами жрите это поило». Мне стало так обидно. В итоге я просто сделала ей новый салат, перед этим конечно послушала какая я плохая хозяйка. Но к 11 годам я уже научилась морально защищаться от такой грубости и про себя мысленно её материла, стараясь не слушать всё что она вливает в меня. Так

было и в этот раз. Я просто молчала, резала ей новый салат и виновато кивала головой и периодически виновато вздыхала. Но про себя уже понимала, что я буду хорошей хозяйкой. Мелко нарезанный салат мы съели с сестрой, а мама согласилась есть только новый. Хотя и тогда и сейчас не понимаю особой разницы.

Очень скоро мама, как всегда, в апреле начинала собираться на полугодовую работу. Сборы длились примерно неделю или две. Она каждый день, по чуть-чуть складывала вещи, а мы так этому радовались. Это означало, что скоро она уедет и станет спокойно. Но когда приходило время расставаться почти на полгода, нам всё равно становилось грустно. Ведь у детей нет выбора любить или не любить своих родителей. Это инстинкты. И, провожая той весной маму, мы даже заплакали. А потом вернулись в дом, успокоились и забыли про слёзы на ближайшие 5 месяцев это точно. Летом мы жили у родственников, но все равно приходили в наш дом кормить животных, стирать пыль и конечно же следить за огородом. Мы росли невероятно самостоятельными, ведь лет с 8 на мне уже лежала немаленькая ответственность. А к 11 я уже выполняла все функции домохозяйки. И вообще имела в своей копилке очень много разнообразных житейских навыков. Все родственники говорили, что моему мужу очень повезёт. Но что-то сейчас я в этом не уверена. И не столь важно, какой ценой и какими жертвами. Тем не менее, я получила навыки приготовления еды, причем в этом воз-

расте новогодний стол я уже готовила самостоятельно (мама не любила это дело), умела стирать вещи (знала какая ткань на каком режиме, какой порошок нужно засыпать и покупать), знала как выращивать разные овощи, как убираться дома (мама жуткая чистюля, точнее она любила чистоту, но не убираться), умела закатывать консервы на зиму, шить на швейной машинке, и многое другое. И я благодарна маме за это. Но в то же время и ненавижу её за это. Ведь у нас не было детства. Мы почти не гуляли. Хотя нам очень хотелось. Но всё равно в этой ситуации больше плюсов, чем минусов. Как минимум, мы теперь знаем, каким принципом будем воспитывать уже своих детей. Так что всё это опыт. И это то, что не покинет меня никогда.

Всё моё детство ассоциируется со слезами, руганью и скандалами. Однажды маме надоело это, и она отвела нас с Соней к психологу. Нам пришлось для этого поехать в город в детскую больницу. Первой в кабинет зашла мама, провела там минут 5 и позвала меня. Я вошла в малюсенький кабинет. За узеньким столом сидела девушка с тёмными волосами, в медицинском халате и странно на меня смотрела. Не спросив моего имени, она принялась расспрашивать про наши взаимоотношения с мамой. Спрашивала, почему я не слушаюсь маму, почему я разговариваю с ней грубо, почему я такая не благодарная, ведь мама подарила мне жизнь. Она явно была на стороне мамы и пыталась вызвать у меня слёзы, давила на жалость. Говорила, что маме тяжело нас рас-

тить. Когда я ехала к психологу, я думала он помогает детям. Научит не реагировать на мамину агрессию, научит не принимать всё близко к сердцу, а она только говорила какая у нас замечательная мама, как ей трудно и какие мы не благодарные. Она не поинтересовалась нашими взглядами на видение причин конфликтов. Ей было всё равно. Она полностью приняла сторону мамы. Но она же детский психолог!!! Это самый ужасный врач в моей жизни. Она сделала только хуже. Из её кабинета я вышла в слезах. Мама вообще не поняла, почему я плачу. В общем этот поход к психологу никак не решил наших проблем, а только сделал хуже. И я не знаю, что там наговорила ей мама в кабинете, пока я стояла в коридоре. Но, по нашему диалогу с психологом, я поняла, что мама пожаловалась на наше непослушание. Только вот ни один психолог не смог бы нам помочь, поверив только словам нашей мамы. Её «непослушание» это реальное «сопротивление дрессировке». Она всегда говорила, «вы у меня по струнке ходить будите», но у нас не всегда получалось слушать её приказы и случались скандалы. И чем взрослее мы становились, тем сложнее было подчиняться. Мы уставали от постоянного подавления и наказания за собственное мнение. Поэтому мама всегда была для нас врагом. Мы её ненавидели и любили одновременно и это невероятно сложно для детского сердца. Это уничтожало нервы. Разрушало. Убивало. Но мы терпели. Молчали и терпели, мечтая о её смерти. Так сильно мы её ненавидели. Но плакали от мысли

о её смерти. Так мы её любили. И сказать «мама мы тебя любим» было невозможно. Мы не могли этого сделать. Я до сих пор не поняла, что же мешало это сделать. Хотя она этого и не заслуживала.

Как-то раз я пришла в гости к крёстной. Мы готовили кушать, разговаривали, убирались в её квартире. И тогда она поделилась со мной соей тайной. Я самый первый человек на свете, который узнал о её беременности. И мне безумно приятно, что именно я узнала эту её тайну. И сразу стала понятно, что всю любовь, которую она мне подарила, я передам её ребёнку. Тогда я не смогла бы сформулировать это чувство словами, но на эмоциональном уровне я уже чувствовала любовь к её ребёнку. Я, наверное, больше всех радовалась рождению маленького Серёжи. И с этого самого момента во мне начали просыпаться материнские чувства. Самые нежные, самые трепетные, самые тайные, личные, и конечно же самые чистые, хотя и не совсем осознанные чувства. Я очень хорошо помню этого маленького смуглого пупсика, который лежал на пеленальном столике. Я люблю его примерно также сильно, как и сестру. Только любовь эта другая. И даже сейчас словами очень трудно объяснить. Но, пожалуй, только это чувство способно спасти этот мир...

Крёстной мамой Серёжи стала моя мама. И не удивительно, что внимание, любовь братик так и не увидел от своей крёстной. Но зато у него была я. И это божественное чувство – любить. Я очень часто приходила к ним в гости, наводила у

них порядок (это я делала с удовольствием только вне дома, потому что за это говорили спасибо, а дома только мама говорила, что плохо и что переделать), играла и просто проводила с ним время. И так как Лера подарила мне свою любовь, то мне очень хотелось помогать ей с воспитанием Серёжи.

Очередным летом, как только закончилась учёба, я переехала жить к крёстной. Она практически каждый день была на работе, а часто до утра. А я забирала братика из садика, кормила его, готовила ему кушать, гладила вещи в садик, собирала вместе с ним кубики, возила на детском велосипеде на детскую площадку, качала его на качелях, вечером купала его в тазике под душем, кормила, включала мультики, ложилась рядом, и он засыпал. Потом тихонько уходила, шла на кухню, убирала со стола, мыла посуду, потом гладила его маленькие и смешные джинсы, шла в душ и ложилась спать в соседней комнате. А утром будила его, собирала в садик, за ним приезжала его мама и отвозила в садик. А я тем временем проводила время с тётёй. Мы с ней делали заготовки на зиму, смотрели телевизор и просто ничего не делали. С ней можно было просто лежать на кровати и смотреть телевизор пол дня, а с мамой так нельзя было. Она сразу говорила: «Вам что заняться нечем? Сейчас найду вам работу». И сейчас ничего не изменилось. Мы с сестрой постоянно должны быть чем-то заняты. Причём чем-то полезным. Полезным для неё, не для нас конечно. Так и проходило то моё волшебное лето. Лера ни разу на меня ни кричала. Серьёзно. В

каком бы настроении она ни была. И это та черта, которую мне хотелось перенять у неё. Ведь, невольно, неосознанно, но мне тоже частенько хотелось наорать на кого-нибудь. И, как правило, в 10-12 лет это были животные. И это ужасная моя черта. Но к счастью, я так больше не делаю. И поэтому я всегда завидовала доброй завистью характеру крёстной. Она почти всегда была весела, добра, позитивна. Я тоже хотела стать как она. И даже некоторые повадки, слова, жесты, движения, ход мыслей – все это я старалась перенести на себя. Процентом 10 этих её черт живёт во мне и по сей день, за что я очень благодарна судьбе.

Соня же тем временем жила у бабушки. У меня с ней отношения не ладились. Мама говорила, как бабушка меня не любит, что называет меня пучеглазой и поэтому мне не особо хотелось ходить к ней в гости, а она сильно обижалась на это. И только сейчас я понимаю, что в этот период времени бабушка и мама просто поругались и, возможно, старшая ничего такого не говорила. Но этого сейчас я уже не узнаю, и не хочу знать. Нет смысла выяснять старые разборки, обсуждать ссоры. От этого всем будет только неприятно. Прошлое, хоть и очень родное и безопасное, всё же лучше не ворошить. Особенно, если дело касается твоих родных.

Самым главным развлечением, которое нам с Соней нравилось – это смотреть телевизор и есть одновременно. Не знаю почему, но именно от этого мы кайфовали всё детство. Как только мама уходила на работу, мы сразу же включали

телевизор, делали себе тарелки (брали большую тарелку и складывали туда всё самое вкусное из холодильника) И на протяжении долгого времени, процентов 90, пока были дома одни именно так и проводили время. А когда оставалось 2 часа до прихода мамы с работы, мы подрывались и пулей бегали по дому, делая работу, написанную в списке заданий на день. Списки писались каждый день новые. И каждый день новые задания. Ежедневными была забота о всех животных, мытьё полов в кухне и коридоре, подметание полов в остальных комнатах, пылесосение ковров, приготовление первого и второго и некоторые дела во дворе, например, уборка мусора или огород. Это помимо школы. На уроки в мамином списке время не отводилось. «Успеете, то хорошо, а не успеете, так не мои проблемы, делайте дела быстрее» И так было до тех пор, пока не пришло время экзаменов, но до этого ещё далеко. Я никогда не забуду мамины выходные дни. Это было адское время. Мы целый день убিরались дома, потом во дворе что-нибудь делали. А когда время было 10 часов вечера мама разрешала нам заниматься своими делами. И я садилась за ученический стол, от усталости и нежелания что-то писать или учить – выполнять домашнее задание, у меня начинались слёзы. Мне было так жать себя. Ведь я любила учиться, но не всегда были силы. Мама всё детство тянула нас одна, создавала условия для нашего благополучия, за что я ей искренне благодарна. Мы её тихонько ненавидели. Она всегда была груба с нами, сколько себя помню. И эта нена-

висть не прошла и по сей день. Однако, с годами, я научилась понимать её, но не оправдывать. Эта ненависть к ней и жалость к себе сжирала меня долгие годы. Однако со временем я научилась выпускать свои эмоции, и, к сожалению, далеко не самым «экологичным» способом. Но об этом ещё очень нескоро.

Тем временем, в школе начались серьёзные проблемы. И, наверное, в моей книге повествуется только проблемы, но на самом деле, я максимально стараюсь вспомнить и хорошее тоже. Так вот, у меня появились первые тройки в четверти, что было логично, ведь я мало уделяла времени учёбе, бывало из-за лени и безответственности, а бывало и из-за нехватки сил и времени. И мама сказала, что не потерпит дочку троечницу. Тогда она сидела со мной, как и тогда – в первом классе. Пыталась объяснить, я не понимала, тогда меня закрывали в той маленькой комнате до тех пор, пока я не напишу всё правильно, а сама она тем временем смотрела телевизор. Конечно же я ничего не могла решить. Основные проблемы были с математикой, которая впоследствии стала моим любимым предметом. И когда мама сверяла мои ответы с ответами из решебника, то ответы не совпадали, за что я получала скакалкой по спине и по пятой точке. Хотя мне казалось, что я уже большая для таких методов дрессировки. Однако маме так не казалось. После нескольких таких наказаний я стала прятать скакалку. И это воспоминание радует меня. Думаю, вот я молодец. Надо же было догадаться. Ум-

ница девочка. Уже тогда во мне начала просыпаться «хитро-жопость». А иначе как? В то же время я начала врать. Причём получалось очень правдоподобно. Уже тогда я поняла, что если я не обману кого-то в своё благо, то меня обязательно кто-нибудь обидит или накажет. Это был ещё один способ самозащиты. В итоге тройку по математике я исправила. Со слезами, с помощью украденного из дома решебника, всеми правдами и неправдами. А позже мама узнала про этот способ. И тогда мы вместе с ней сидели вечерами и переписывали готовые варианты из дидактических материалов на чистые листочки, которые впоследствии сдавались учителю, как только что написанные. И это одно из лучших воспоминаний о маме. До поздней ночи мы с ней сидели за кухонным столом, переписывали те самые листочки и о чём – то разговаривали. Скорее всего она мне рассказывала, как ей трудно жить. Но мне было не важно, что она говорит. Мы просто вместе решали какую – то проблему. И это было волшебно. Это хоть как – то сближало нас, хотя мы были разными полюсами планеты. Противоположными, непонимающими друг друга и одинаково одинокими. Ведь она не виновата в том, что у неё такой характер, её тоже в детстве не научили любить. Поэтому и она не умеет любить нас. Однако, время многое решило. И сейчас я могу понять эту её «нелюбовь», но тогда совсем не понимала. К сожалению.

## 13-14

В 5 классе мама разрешала приводить домой гостей, пока она на работе. Мне нравилось дружить с мальчиками. Хотя они меня и обижали (иногда могли ударить или плюнуть в лицо), всё равно они лучше девочек. Они не предают, не сплетничают, не настраивают весь класс против тебя. В кругу моих друзей, частенько приходивших к нам домой, был и тот мальчик, что нравился мне и моей бывшей подружке. Конечно же она злилась. Говорила: «Когда мне купят ноутбук, они будут ходить ко мне». Ведь почти всё время, что друзья находились у меня дома, они играли в игры на компьютере, смотрели «взрослые» фильмы, опрометчиво оставленные моей мамой в свободно доступе. Нашей любимой игрой была «зомбатаник», «Гарри-потер». На тот момент мне казалось, что только так я могу завоевать друзей. Только предложить им то, что им не разрешают родители. Это ходить в гости и смотреть порно. Но нам было весело. И, что не мало важно, тот мальчик со мной общался. Пускай и не бескорыстно, и не без собственной выгоды, не безвозмездно, но всё же. Главным для меня являлся результат.

Из-за таких вот походов ко мне в дом на меня серьёзно разозлилась моя бывшая лучшая подружка. За этим конечно же последовали не самые радужные последствия. Против меня настроился весь класс. Она соврала, что я украли её кос-

метичку. И потом ещё неделю, наверное, меня все обзывали воровкой. И мне было так обидно, ведь это я всегда делилась своей косметикой, приносила её в школу. Хотела так завоевать внимание девочек, а они поверили моей неприятельнице и всячески травили меня. Тогда я поняла, и усвоила на всю жизнь, лучше не делать людям добро, пока они не попросят. И стараться не проявлять неостребованную и непрошеную помощь. Может это было и ошибочным выводом, но я восприняла эту ситуацию как урок. И конечно же долго я не выдержала, пришлось рассказать всё маме. К этому моменту она уже потихонечку училась сдерживать свои эмоции. Причиной таких её, пока не значительных перемен, стал один случай. Однажды я пришла к крёстной со следами побоев, к тому времени у меня и у моей сестры уже начался нервный тик на лицевых мышцах. У сестры появились странные неосознанные движения, закатывание глаз и потряхивания рук. У меня, видимо психика была покрепче, и только глаза дёргались периодически. И это всё однажды заметила моя крёстная. После этого поговорила она с мамой и пригрозила лишением родительских прав. Тогда мама начала потихоньку меняться. Так вот, вернусь к той ситуации в школе. Она пришла к нам в класс, наорала на девочек, которые собственно и называли меня воровкой. Припомнила им, как те гостили у нас, кушали за наш счёт, а теперь так ко мне относятся. И в этот момент мне было так приятно. Так хорошо. Наконец-то я чувствовала защиту, восторг и гордость. Моя

мама меня любит, думала тогда я. После этого издевательство прекратились. А вместе с этим начались новые отношения. У меня появилась настоящая лучшая подруга, с которой мы дружим и сегодня.

Её зовут Алина. Когда все одноклассники, абсолютно все, кроме Алины со мной не общались, только она отказалась от этого сговора. Только она единственная сумела сказать «нет» всему классу. И она не то чтобы защищала меня, она просто отказалась устраивать мне бойкот. Относилась нейтрально. И после этого случая мы всю оставшуюся жизнь общались, дружили, и творили очень нехорошие вещи, разумеется, уже во взрослом возрасте. У Алины мама алкоголичка. Воспитывала её бабушка – очень своенравная, властная женщина. Они даже чем-то похожи с моей мамой. У нас с Алиной был одинаковый взгляд на мир. Мы обе росли непонятыми. Одинаково любили психологию, философию. В то время как наши одноклассники шли из школы (путь составлял почти 2 км в один конец, и столько же обратно), они сплетничали, обсуждали чужие личные жизни. Мы же в это время разговаривали о том, от куда взялась наша планета, свои взгляды о Боге, делились своими переживаниями о родителях, жаловались друг другу на судьбу, говорили какие мы несчастные, как нам не повезло в жизни, жалели друг друга. Мы с ней были невероятно похожи. И мы тоже иногда обсуждали других одноклассников. Но кроме нас об этом никто не знал, и, соответственно никто не страдал. И мы не

были святыми и идеальными, так как мы тоже прогуливали школу, ходили без формы, не всегда выполняли домашнее задание, но мы были другими. Мы чуть-чуть больше понимали в жизни, чем остальные одноклассники. Мы умели ценить спокойствие уже тогда. Знали ценность семьи, так как не имели благополучной её вариации. И да, мы были белыми воронами на фоне остальных, но нам это даже нравилось. И я безумно благодарна судьбе за этого человечка. Если бы не её настойчивость в том конфликте, неизвестно, как бы сложилась моя дальнейшая жизнь.

Одна мамина черта, за которую я её люблю – её гостеприимность. Она никогда не была против гостей. Наш дом был открыт для всех моих друзей. Если на день рождения я решу пригласить человек 5-10, то она никогда не была против. Это замечательно. Но я частенько нарушала условия, при которых она разрешала нам собираться. Мы часто ломали какую-нибудь мебель, двери, заливали водой стены, линолеум. И да, мы росли шkodными детьми. Поэтому всячески исправляли и чинили поломки. Нам помогали мальчишки. Они находили отвёртки в нашем доме, хотя сама я понятия не имею, где они там лежали. Но мальчишки есть мальчишки. Особенно деревенские. Мастера на все руки с самого детства. Но у них был один недостаток. Они курили. И в доме сильно воняло сигаретами. Конечно за это мне «попадало» отдельно. Но в этих ситуациях мама была права. Мало кому понравятся испорченные обои, сломанные дверные

ручки, залитая алкоголем кровать и полнейший беспорядок в квартире. И, хотя мы и пытались всё исправить и вернуть в первоначальное состояние, мама всё равно замечала испорченные вещи. Уже в этом возрасте проявлялось моё безразличие к материальным вещам, моя безответственность. Эти все, не совсем хорошие качества, проявляются до сих пор. Я всё ещё не умею аккуратно относиться к вещам. Как в 13 лет я пачкала диван лаком для ногтей, так я и делаю до сих пор. Разница только в том, что раньше диван был мамин, а теперь мой собственный, купленный на мои родные деньги. Разница в возрасте – 10 лет, а поведение не изменилось. Это печально, но это мой недостаток поведения, характера, который я признаю и пытаюсь исправить.

В 14 лет мама впервые наняла мне репетитора по математике, так как программу 8 класса она сама не понимала. Это было проявлением её любви, хотя я и не до конца это осознавала. Со мной занималась замечательная женщина в возрасте. Бывшая преподавательница в нашей школе. Но она так давно была на пенсии, что в моей памяти этой учительницы просто нет. Её муж работал на грузовой машине, собирал мусор вдоль дороги. Тогда я поняла, что образованность и уровень интеллекта не всегда символизирует высокий уровень зарплаты, а тем более престижности. Хотя бабушка всегда мне внушала: «Учи, внученька, будешь хорошо жить». Как оказалось, от части она права. Но и без образования можно хорошо жить. Нужно быть хитрой, знать пси-

хологию поведения людей и уметь «крутиться». И к счастью, я встретила ту самую преподавательницу, которая умела решать ну очень сложные задачки, она получала копейки, как и её муж. Сыновья пили. А сама она страдала невротическими заболеваниями. Так что для меня она не была примером в жизни. А я очень хотела найти человека, чью судьбу мне бы хотелось повторить. Чьи черты характера мне бы хотелось иметь в своей копилке. Наиболее подходящий человек – моя крёстная. Идеальнее человека я не встречала в своей жизни.

Наш дом потихоньку становился ухоженнее. Мама накопила деньги на ремонт. Да, ей было не легко это сделать. Но, на мой взгляд, это было не так необходимо. Экономить каждую копейку, ради идеально ровных стен в этом огромном доме. Не знаю, не нам решать. Но мне эта идея не нравилась, хоть я и молчала. Она всю жизнь делала ремонт во всех квартирах, в которых жила. Причём, как правило, заезжала в квартиру, делала качественный, идеальный ремонт и переезжала и так 6 раз. Это только на моей памяти! Да, я люблю осуждать людей, но, к счастью, делаю это только в мыслях. Просто я не вижу смысл пытаться заварной лапшой, при этом клеить дорогие обои и всё время тратить деньги только на дом. При этом мы ни разу не были в кино, никогда не ездили никуда отдыхать с мамой. Она не считала это нужным. А нам очень хотелось. Когда мы об этом говорили, то нас быстро затыкали «У меня нет денег на всякую ерунду». И если бы не моя крёстная, которая нас с сестрой возила в кино раз в

год точно, в цирк, просто погулять по ближайшему городку и поест сладкой ваты. Для мамы это была бессмысленная трата денег. Но нам, детям, очень хотелось. Зато у меня была заботливая крёстная.

Лет в 13, наверное, я поняла ещё одну очень важную вещь. Это баланс и равновесие в мире. Это касается всех аспектов жизни. Только раньше я разделяла все события на белые и чёрные, а сейчас я сформулировала это в более правильную теорию. В детстве я знала, что если случилось что-нибудь плохое (ссора с мамой, проблемы с одноклассниками), то следует ждать хорошее событие (мама уедет куда-нибудь, нас заберёт тётя в гости). Это правило работало всегда. Оно помогало мне морально пережить трудные времена, стрессы, ссоры и всю мерзость в жизни. А когда мне было хорошо, то я понимала «невечность» этих минут. И тогда я научилась ценить. И до сих пор эта фраза пронизывает смысл моей жизни. Научиться ценить. Это главное. Лично для меня. Сейчас я заметила эту «полосатость», это равенство, этот баланс во всём. Если мне описать любую ситуацию в природе, в отношениях между людьми, в судьбах, то я всегда найду баланс хорошего и плохого. Я даже не знаю какой пример сейчас привести. Это на самом деле очень сложная для повествования тема. И, наверное, я ещё не раз вернусь к ней. А 13 лет не совсем подходящий возраст. Тем не менее, уже тогда я чувствовала эту неосязаемую «полосатость».

Следующим летом меня заметил мамин начальник и

предложил работать у него в кафе. Для меня это было что-то вроде повышения в должности. Предполагалась более высокая заработная плата, труднее работа и выше ответственность. Но я была счастлива. Где ещё я заработаю 20 тысяч за месяц в 13 лет. Нигде. И я с удовольствием согласилась. Кафе, которое меня взяли работать официанткой, находилось в 40 шагах от реки (я считала). Я уже привыкла к «спартанским» условиям. И для меня было привычно ходить в туалет в горные кусты, мыться речной водой. Так что я быстро привыкла ко всем нюансам и подружилась с коллективом. По будням я разносила заказы и помогала поварам, так как очень привыкла и полюбила готовить. По выходным я только бегала и бегала с подносами. Большой наплыв клиентов, желающих покушать после «изнурительного» отдыха на дикой базе отдыха, не позволял садиться ни на минутку. Только перекусить. И снова я смотрела на богатых людей, на дорогих машинах, с хорошими фигурами, дорогим маникюром, длинными и блестящими волосами. И нет, я им уже не завидовала. Я просто анализировала их поведение, манеры общаться и прочее. Мне казалось, если я буду себя вести так же как эти фифы, то когда-нибудь сама стану такой же. Мне было безумно интересно спросить у них, как они заработали на такие машины, какое образование получили, как добивались успеха. Но мне было очень стыдно. Я была абсолютно неуверенным в себе ребёнком. Не знаю почему. Хотя сейчас я смотрю свои старые фото и вижу миленькую и чистую де-

вочку, с большими и искренними глазами. И почему я не замечала этого раньше? Возможно, не понимала, что не деньги делают человека самодостаточным и успешным, хотя это одна из составляющих, а мудрость и опыт. По крайней мере, я так считаю в свои 20 лет.

Работать мне очень нравилось. Меня любил начальник. Так как я была самая маленькая в коллективе. В 12 или в час меня отправляли спать. Хотя мы работали до последнего клиента. Всегда спрашивал, кушала ли я. Будил позже всех. Не в 7, а в 8. И мне было очень комфортно работать под крылышком этого заботливого человека. И я безумно благодарна судьбе за этот опыт. Это лето очень многому научило меня. Я впервые увидела по-настоящему красивую жизнь. И пускай пока я только лишь зритель, тихонько подглядывающий из-за ширмы, но ведь мне пока только 13 лет...

Самым прекрасным моментом на каждой каникулах были поездки с крёстной по магазинам. Раньше она покупала нам какие-то мелочи на свой счёт, а теперь я уже могла расплачиваться своими деньгами. Мы ездили с ней выбирать мне сумку, причём никак у всех моих одноклассниц – школьную, а дамскую, как у старшеклассниц. До сих пор не понимаю, зачем мне так хотелось выглядеть старше? Возможно это тоже был способ самоутвердиться, закрепиться в классе. А может таким образом я старалась донести до окружающих свою, не по годам, опытность, самостоятельность, своё благосостояние, которое до того времени было на грани ни-

щеты. В конечном итоге, я одевалась на 3-4 года старше. И нет, это были не мини-юбки или штаны в обтяжку. Это были классические юбки карандаши, хорошие штаны прямого кроя со стрелкой. Одноклассницы так не одевались. Им нравился больше спортивный стиль. А мне же нравилась классика. Строгая классика. В этой одежде я чувствовала себя чуть-чуть выше остальных. Такая строгая, серьёзная, хорошо учусь. Мне по душе такой образ жизни. Однообразие. Постоянство. Стабильность. И конечно же внимание окружающих, которого мне так всегда не хватало.

Примерно в тот же период нам с Алиной казалось, что если начинает расти грудь, то уже можно встречаться с мальчиками. Мы выглядели старше всех в классе. Она физически развивалась быстрее. К 13 у неё уж выросла грудь до 2 размера. Фигура «песочные часы» и немного лишнего веса. Это делало её похожей на восемнадцатилетнюю. Я одевалась как взрослая, носила бюстгальтер с пуш-апом и тот же незначительный лишний вес делали меня похожей лет на 17. Улица, на которой жила моя лучшая подруга значительно отличалась от той моей. Вместо частных домов там располагались многоэтажные дома. Не слишком высокие, всего в 5 этажей. Очевидно, это обеспечивало проживание большому количеству людей на меньшей территории, в сравнении с моей улицей. На подобии тому, как живут люди в больших городах, на той улочке имелась своя компания мальчиков, объединённых общими интересами, собиравшимися каждый вечер в

каком-нибудь дворе. Эти небольшие компании состояли из подростков от 13 до 18 лет. Большинство из них были старше нас с Алинкой на 3-5 лет. Неудивительно, что нас тянуло в эту компанию. Постепенно мы стали вместе гулять, собираться на лавочках, в сараях, на площадках. Сейчас я понимаю, что эти ребята – будущие маргиналы. Но тогда они казались очень привлекательными, интересными, свободными, уверенными в себе и сильными. Я познакомилась с одним таким мальчиком. Разница в возрасте составляла 5 лет. Он был значительно выше меня. Ходил в «качалку» и имел подкаченное тело. Мне было приятно на него смотреть, хотя сейчас я совершенно не помню те черты лица. Не помню причёску и другие подробности его внешности. После непродолжительных прогулов он предложил мне встречаться. Я радавалась. Ещё бы. Первый парень в моей жизни. Я приходила к нему в тренажёрный зал. Однажды его тренер даже разрешил мне боксировать, хотя я совершенно не умела. И выглядела нелепо. Но мне было весело. Это был первый и единственный раз, когда я надела огромные перчатки и била по твёрдому цилиндрическому мешку. Необычно. Ново. Этот парень – мой первый поцелуй. Сначала было противно, но потом понравилось. Конечно же я не смогла получить такое же удовольствие от поцелуя, как сейчас. Тогда я попросту не понимала смысла в этом процессе. Тем не менее, это мой первый опыт и несколько дней я ходила и улыбалась. Мама узнала про Колю (так звали того парня), и заставила позвать

его в гости. И вы знаете, это было нереально страшно пригласить его в гости к маме домой. Но у меня не было выбора. Иначе бы меня больше точно не отпустили на улицу. Тогда я могла гулять не только пока мама на работе – в тайне от неё, но и по разрешению мамы. Правда редко. Пару раз в неделю. Но, если прибавить время, в которое я гуляла без маминого разрешения, то получалось примерно через день. Я чувствовала себя такой взрослой – прекрасное чувство.

Мама познакомилась с Колей. Мы сидели у нас дома и пили чай. Коля рассказывал о себе, а мама слушала, активно поддерживала беседу. Я же сидела и молчала. Даже чувствовала себя лишней. И очень скоро мама попросила меня уйти в другую комнату. Я сразу поняла, о чём она хочет с ним поговорить. Мои круглые щёки очень быстро покраснели. Не было так стыдно. Так мерзко осознавать, что за стенкой твоя мама обсуждает секс с твоим парнем. Но мне было 13 и маме совсем не хотелось внуков. Стоило ожидать этого разговора, приглашая его в гости. Спустя минут 5, Коля пришел ко мне в зал, взял меня за руку, и мы вместе смотрели какой-то фильм. Очень романтично звучит. Но тогда я ничего не чувствовала. Мне нравилось само наличие парня в моей жизни, но я не получала морального удовлетворения от встреч с ним. Скорее мысли о встречах, прогулках, звонках мне больше нравились, нежели сам процесс. Мне нравилось, как на нас, обнимающихся, смотрели проходящие люди. Предполагала, как мы смотримся со стороны, что обо мне думают его

друзья и прочие поверхностные мелочи. От поцелуев у меня не просыпались бабочки в живое. Только сейчас я поняла, я просто играла во взрослую жизнь, а не жила ею...

Каждый год, как правило зимой, мама отправляла нас с сестрой в санаторий. Целую неделю или даже 2 мы бегали по врачам, собирали нужные справки, сдавали анализы. Я бесконечно благодарна маме за эти её усилия. Ведь на сбор нужной документации, для того чтобы путёвки были бесплатными, нужно немало сил и нервов, а также отгулы на работе. И каждый год, начиная лет с 11, наверное, мы с маленькой сестрёнкой в течение трёх недель отдыхали от школы, от мамы, от домашних дел и вообще от всего привычного. Соня очень любила эти поездки. У неё быстро появлялись новые друзья. Она более коммуникабельная, в отличие от меня. В детстве я была молчаливым человечком, не доверяла людям, не делилась мыслями с малознакомыми людьми, не интересовалась жизнью других. Общих интересов со сверстниками у меня не было никогда. И мне это нравилось тогда, и нравится сейчас. Я привыкла общаться с людьми на 5-10 лет старше меня. Поэтому сверстники казались мне глупыми, я совершенно не разделяла их взглядов, шуток, интересов. Эта моя «взрослость» возвышала меня в интеллектуальном уровне. Мой мир был шире, контрастней, глубже. Но есть и обратная сторона – меня обижали сверстники. Так было и в санаториях. Это единственный недостаток. В остальном же, я наслаждалась теми отпусками. Получала удовольствие от вкусной

еды, от стабильного режима дня, от ежедневных дискотек, от процедур, и вообще от всего, от всего, что не было связано со сверстниками. Эти поездки – лучшее, что мама только могла для нас сделать. И не каждая мама захотела бы тратить столько времени на оформление путёвок, а наша мама не боялась проблем с документами. К тому же эти путёвки существенно сэкономили мамин бюджет. Но мне так хочется верить в то, что главная причина – всё же не в экономии. Прекрасные воспоминания, осели у меня на память на всю жизнь

К 14 годам мы уже неплохо устроились в доме, мама взяла хорошую мебель в кредит, выплатила его, сделала в очередной раз ремонт, хотя он действительно был необходим старому дому. Мы ходили в школу, учились без троек. Жизнь была относительно спокойна, конечно если не брать во внимание частые ссоры, скандалы, наказания, но к этому мы привыкли. В среднем раз в неделю мы с мамой сильно ругались, и она со мной не разговаривала до тех пор, пока я не признаю свою вину. Вину в том, что я плохо убираюсь, плохо готовлю, забываю сделать какие-то дела и во всём том, в чём я не считаю себя виноватой. Но я, «наступая себе на горло» признавала свою вину, говорила, что мама во всём права, а я плохая дочь. В общем ничего необычного. И как-то зимой, волшебной зимой, мы не ругались с мамой целых 2 недели. Это были 2 недели зимних каникул. Мы с мамой и с сестрой лежали целыми днями перед телевизором, отдыхали, куша-

ли. Убирались всего 2 раза. Причём нам даже помогала мама, что было ну крайне редко. И не потому что она работала, а потому что не любила. И даже, когда она 5 месяцев была в отпуске без содержания, все равно к уборке не притрагивалась. Говорила: «Я вас рожала не для того чтобы самой всё делать» Она тогда специально это сказала, чтобы задеть нас. И у неё это получилось. В то же время, когда мама почти полгода сидела дома без работы, случилась крупная ссора с мамой. Помню, Соня убиралась в туалете, а я пылесосила. Мама сидела за компьютером и играла. Мне стало обидно, что она совсем нам не помогает, ведь мы ходим в школу и выполняем абсолютно всю работу по дому. А она и не работает, и не помогает нам с сестрой по дому. Я отказалась пылесосить. Далее началась словесная перепалка, в которой я просила маму о помощи нам по дому. Да, возможно я разговаривала с ней грубо. Но я устала от нескончаемой домашней уборки. Тон разговора повышался и очень скоро произошла драка. Несложно догадаться, кто был инициатором, и кто одержал победу. Самое кошмарное во всём этом не то что у меня остались синяки по всему лицу, не разбитая губа и даже не моя обида. Главное – Соня смотрела на это и плакала. Плакала, умоляла маму не трогать меня. Слышала и видела мои слёзы, мои красные пятна на щеках от маминых ладоней. Это только добавляло душевной боли. Она слишком маленькая, чтобы смотреть на это. Зачем ей видеть, как родная мать бьёт твою родную сестру по лицу, по спине, дер-

жа за волосы, чтобы та не смогла сопротивляться. Я ненавижу мать за этот день. Но тогда я поняла, что в независимости от того, работает ли мама или нет, помогать нам по дому никто не будет. Она просто не любит домашнюю работу. И мне оставалось только молча делать дела из ежедневных списков и терпеть. После этого случая я не могла ходить в школу. Ведь синяки в виде ладошки и разбитую губу не спрячешь одеждой. Тогда мама купила мне тональный крем, купила справку о болезни на неделю и крем от синяков. А всю следующую неделю очень спокойно со мной общалась. И только сейчас я понимаю причину этой её сдержанности по отношению ко мне в эту неделю. Ведь если бы я кому-нибудь рассказала об этом, её бы лишили родительских прав. А она жуткая собственница и юрист по образованию. Прекрасно понимала возможные последствия и в то же время, не хотела отдавать свою собственность. Так я и просидела дома, пока не зажили раны на лице, впрочем, душевные раны окружающим не видно, а значит её это не интересовало.

И вот я опять отклонилась от основной темы. Те 2 недели я помню очень хорошо. Это лучшие воспоминания о маме. Но я прекрасно понимала, что после такого длительного спокойствия может случиться что-то плохое, ибо за всё нужно платить, во всём баланс, не бывает все только хорошо, это противоестественно для мира. И я была права. Очень скоро последовала и расплата за 2 недели спокойствия. Но я была морально готова к негативным моментам. Однако, я и не

представляла к каким...

Каникулы закончились. И снова каждый день мы ходили в школу. Мама зимой работала в каком-то пансионате, и сутра ездила в Маленький городок, работы в деревне нет. Поэтому многие наши односельчане начинали утро в автобусах. Соответственно поспать подольше нельзя было ну никак. Следующий автобус в город через 2 часа. Но были и другие варианты – попутки. Этот вид передвижений крайне рискованный. Попутчик может оказаться каким-нибудь маньяком или убийцей. Хотя я и понимаю, что вероятность встретить такого водителя крайне мала, всё же эта ситуация может случиться.

Вот и мама однажды проспала и решила поехать на попутках. Домой она приехала счастливая. Спрашивала только про моего одноклассника – двоечника. Говорила, что познакомилась с его папой, добираясь до работы. Тогда я не придавала особого значения этому. Мало ли, ну познакомилась, ну что такого. Забеспокоилась я уже когда он приехал к нам в гости на следующий день, а ещё через 2 дня он приехал с вещами и этим сыном к нам в дом. Спустя 4 дня после знакомства она начала с ним встречаться и жить сразу. Новость о том, что мальчик хулиган, двоечник, позор всего класса будет жить со мной в одном доме меня не особо радовала, но мама сказала «У вас нет выбора, это мой мужчина и вы будите принимать и его и сына, хотите вы или нет». После этой фразы я поняла, что бороться нет смысла, хотя внутри

меня разрывало от ненависти к ней. Ведь ей всё равно на наше мнение. Мой внезапный отчим вроде бы не сделал ничего плохого, не говорил (по началу) мне гадости, не обижал. Но он всячески проявлял своё высокомерие. Смотрел на нас с сестрой как на мусор, разговаривал с ухмылкой, по дому ходил как король. Из чужих и незнакомых людей невозможно построить семью за 2 – 3 недели. А маме хотелось, чтобы мы называли его папой, общались с экс братом как с родным. Это бред, нам совсем этого не хотелось. Но, и в этой ситуации была балансирующая сторона. Мама вдруг стала идеальной хозяйкой. Нам после школы разрешали садиться за уроки, а не идти и выполнять работу по дому. Теперь же маме хотелось показать какая она хорошая хозяйка. Она сама готовила нам есть, причем всё мясо всегда доставалось только отчиму и его сыну. Это же мужчины. А нам стало обидно. Нас просто поставили на второй план. Но мы не сильно обижались. Просто гадкое чувство и всё. Мама сама начала убираться в доме, за животными следить. Я помню, как она выглядела в эти моменты. Она была жутко уставшей, а я мысленно говорила себе: «Теперь ты понимаешь, как нам тяжело одним справляться с таким огромным домом, и со всеми обязанностями, что ты приказывала делать». Но конечно же маму на долго не хватило. И потихонечку все эти обязанности снова легли на нас с сестрой. И сейчас может показаться, что я пытаюсь показать какая я бедная и несчастная, да так и было. Я была несчастной и вечно уставшей. Но это

моё детство, и я хочу хотя бы в этой книге излить свою душу, и как я ненавидела эту жизнь. Я всем сердцем ненавидела каждый день. Потому что, когда в 10 часов, после домашних дел, а они удивительным образом всегда находились и записывались в список дел, я садилась за уроки, у меня начиналась истерика. Потому что сил уже не было. И я хотела учиться, только всё время уходило на бессмысленное вылизывание дома до идеального блеска. Ведь только в таких условиях мама могла жить. А что же дела по дому мама? Она стирала на машинке, развешивала, дописывала дела в эти ненавистные списки и говорила, что мы не качественно делаем дела. Руслан же – наш вроде как брат, тем временем сидел у себя в комнате и играл в телефон, а отчим был на работе. И когда они к нам переехали, то работы стало только больше. Я ненавижу этот период в жизни. Я ненавижу этого отчима. Может я слишком близко всё принимала к сердцу, переходный возраст же все-таки. Но пишу только то, что я запомнила. С теми эмоциями, которые на мне отпечатались.

Наверное, кто-то подумает: «Другие дети в детских домах живут и не жалуются» или «У детей родители алкоголики, им похуже живётся, чем этой девочке». Да, я это и сама понимаю, но я не знаю их эмоций, их боли, не знаю, что они чувствуют, о чём думают. Не знаю, как реагируют на препятствия, которыми окружены такие дети. Возможно, их нервная система работает как-то иначе, или они не так сильно переживают. Или моральное насилие уничтожает сильнее,

нежели физическое. Я не знаю какво таким детям, наверное, несладко. Но и мне тоже. Да, у меня мама не пьёт, отчим не насилует, руки и ноги есть. И уже за это стоит ценить жизнь. И я училась ценить. И, в конечном итоге, научилась. Достаточно просто представить, что я инвалид, у которого нет рук. Тогда проблемы с мамой не казались такими ужасными, всё-таки я с руками. Пока думаешь о таком, забывается всё на свете. И эти мысли, о целостности организма, помогали мне пережить трудные минуты. Ещё меня спасали мысли о балансе. Я всегда рассуждала, если первая половина жизни прошла в аду, то вторая обязательно пройдёт в раю. Я очень часто склонялась именно к балансу в мире. Это давало мне надежду на светлое и спокойное будущее.

Наступило очередное лето. Мама как всегда звала меня на работу. В одном диалоге с ней я сказа, что не хочу работать с ней этим летом, потому что не хочу с ней ссориться. А это было бы неизбежно, и мы обе это понимали. Ей конечно это не понравилось. И она сказала: «Мне всё равно хочешь ты или нет, как скажу, так и будешь делать». В 14 лет я уже находила в себе силы иногда говорить ей нет. Это конечно же заканчивалось ужасно. Мы очень сильно поругались. Только уже не только она мне говорила обидные слова, но и я ей. Я научилась отвечать на грубость грубостью. А когда она не смогла меня задушить психологически, словесно, просто набросилась на меня бить по лицу, по спине, по всему, до чего дотянется. Я тогда уже могла физически сопротивляться, но

мне было жаль её. Мне было жалко её бить. Все это происходило в 5 утра. К

6 часа закончилось. Она уехала на работу. А я лежала на кровати в истерике от бессилия и безысходности. Соня тогда ночевала у мамы на работе, отчим на работе. Я осталась одна. Прорыдав около часа, я решила, что не могу больше терпеть весь этот ад. У меня не было сил и дальше терпеть. И снова не хотелось жить. До 13 лет я уже 2 раза пыталась покончить с собой и пила таблетки по 7-8 штук. Но так как раньше я не особо разбиралась в фармакологии, то они просто не срабатывали. Я вообще никак не ощущала их действия. Но в этот раз всё было по-другому. Я нашла в аптечке таблетки от сердца, какие-то сильные успокаивающие, которые мама пила только в экстренных случаях и лимонную настойку отчима. Сложила на тарелочке 2 горсточки разных таблеток, как сейчас, помню, одна кучка зелёных маленьких, а другие белые большие. Перелила в стаканчик немного настойки. Ещё раз вспомнила, какая я несчастная, как устала. С сонным, но жутко зарёванным и красным от маминых ладошек, лицом, я смотрела на себя в зеркало. Ещё сильнее заплакала от такого вида. В сердце было столько жалости к самой себе, столько бессилия, что я просто засыпала в рот эти жутко горькие таблетки. А про себя подумала, надеюсь в этот раз точно сработает. И оно сработало. После этого я пошла посмотреть телевизор, ибо это занятие меня всегда успокаивало. По телеканалу ТНТ крутили «Букиных». Я лежу на полу,

справа окно, спереди телевизор. Чувствую, что-то происходит с организмом. Одновременно пронеслось сразу 2 мысли. «Оно сработало», и «Я же сейчас умру». Мне одновременно стало и радостно, и жутко страшно. Инстинкт самосохранения сделал своё дело. Я поворачиваю голову к окну, а картинка расплывается. У меня началась паника. Я подскочила с пола начала пить много воды, дабы прочистить желудок. Но вызвать рвоту упорно не получалось. Выходил только салат, съеденный мною за долго до таблеток. И тут я поняла, что очень страшно умирать, жить мне было не очень приятно, но умирать страшнее. Это инстинкт. Я прямо в домашней майке и шлёпках, в которых работала в огороде и каких-то, заляпанных краской, шортах побежала к бабушке. Благо, она жила в 5 домах от нас. И я никогда не забуду этот пятиминутный путь. Седьмой час утра. Конец мая. Я иду по пустой дороге, качаясь. Встаёт солнце и чистое небо. Облака были в том месте, где кончалось видимая прямая дорога. Эти облака очень напомнили мне ступеньки к Богу. И тогда я подумала, «вот он шанс облегчить жизнь, покончив с ней, зачем же ты тогда идёшь за помощью? Ты же так хотела этого», но мне было так страшно. Подойдя к бабушкиной калитке, которая на ночь обычно запиралась, я стала кричать её прямо с улицы. Она открыла, но во взгляде чувствовалось удивление.

—Что случилось?

—Бабушка, я таблеток наглоталась.

—Что?

Я таблеток наглоталась, мы с мамой опять поругались.

–Что же делать?

–Давай в скорую звонить, пожалуйста!

–Ты что??? Тебя же на учёт в психушку поставят, мать затаскают по милиции, больницам.

–Я звоню в скорую. Пожалуйста, скажи мне номер.

К этому моменту проснулась уже моя прабабушка. Я позвонила в скорую, рассказала, что наглоталась таблеток. В ответ от дежурной в телефоне услышала, какая я дура, что им с такими ненормальными приходится возиться из-за нашей тупости. Но мне было всё равно что она говорит. Мне нужен был только врач, ведь мне становилось хуже и начали неметь кончики пальцев на ногах и кончик языка. От этого становилось ещё страшнее. Ведь я не знала, какой именно эффект будет от той горы таблеток. Но было уже поздно. И даже когда меня увозили на скорой, после предварительной прочистки желудка зонтом, мне было так радостно, что люди поймут, на сколько мне плохо. Бабушка уже потом мне рассказала, что перед тем как потерять сознание, я попросила забрать сестру от мамы и сказать, чтобы не делала таких поступков как я. Видимо, я подумала, что умираю. Потому что не помню этого момента. Очнулась я уже в больнице, с капельницей в левой руке, что очень странно, ведь на правой – вены намного лучше. Эта первая мысль, пришедшая ко мне в голову. Затем я начала понимать, что я жива и лежу в больнице. Вокруг меня находилось ещё несколько дево-

чек, они лежали с какими – то другими проблемами. У кого-то грипп, у кого-то почки больные. А я суицидница. На меня смотрели как на психа. Я была рада, что хоть как-то могла повлиять на маму. Думала она приедет, сядет на кровать и просто поплачет. Но я сильно ошибалась. Она конечно приехала на следующее утро. Посмотрела на меня через небольшое окно и произнесла: «Не сдохла, ну хорошо. Соня, поехали домой». Дверь была закрыта и она, видимо, не знала о хорошей слышимости из коридора. Но я всё слышала. Она даже не зашла ко мне. Она просто развернулась и уехала. Но не на долго. На третье утро мне уже разрешали ходить по палате, я сама ходила кушать, приходила доктор и пыталась выяснить, какие именно я таблетки пила. Это нужно было для того, чтобы исключить возможные последствия после выписки через неделю или две. Но я упорно не могла вспомнить. А спустя несколько часов, ко мне снова приехала мама, только уже с женщиной в милицейской форме. Мама не сказала мне ни слова. Даже привет не сказала. Женщина в форме задавала ей вопросы. А потом мне. И мне очень жаль, что красное пятно на моей щеке уже прошло. Лучше бы оно превратилось в синяк. Но его не было. А значит и мама ни в чём не виновата. Скорее всего, мама просто дала взятку той женщине, ведь меня даже никто не спросил, почему я решила покончить с собой. Всем было настолько плевать.

Однако, у меня есть один ангел-хранитель. Ко мне приехала моя крёстная. Она очень долго плакала, сидя на моей

кровати, и мне было так приятно. Меня кто-то любит. Она привезла мне чистую одежду, печеньки, воду. Почему этого не сделала моя родная мать? Но я была благодарна Господу за мою жизнь, хотя и понимала, что, приехав домой снова начнётся ад. После этого случая во мне умерло что-то. Я не смогу это выразить словами, но как будто моё сердце покрылось твёрдой кожей. Оно больше не могло ничего чувствовать, в том числе и боль...

После этого случая я умоляла маму разрешить мне переехать к бабушке. Но она только говорила: «Пока вам нет 18, вы моя собственность и вы будите делать так, как я захочу, и у бабушки ты жить не будешь. Я всё сказала.» И я продолжала жить в аду с мамой. Но мечтала, как перееду жить к кому-нибудь. Или к бабушке или к крёстной. Мы с сестрой очень часто мечтали убежать из дома. Особенно такие планы мы строили после очередного наказания в виде генеральной внеплановой уборки во всём доме. Как правило мы заканчивали часов в 12 ночи, иногда позже. Мама к тому времени уже спала. И мы шёпотом размышляли о том, к кому пойдём, что с собой возьмём, но рано или поздно понимали, что это только мечты и она всё равно нас заберёт от родственников. В школу за нами придёт. Там устроит скандал, наорёт при всех, опозорит. Побег из дома не решил бы наших проблем. А вот её смерть раз и навсегда освободила бы от всего этого ада. Но вслух об этом мы говорили крайне редко. Это было страшно. Как и страшны мысли о детском доме. Мать нам всегда рассказывала, как нам хорошо, что мы живём не в детском доме. Помню ещё в 9 лет я просила отдать меня в детский дом, а она смеялась и говорила: «там тебя будут трахать все, кому захочется, будут бить». И с 10 лет при каждом скандале угрожала детским домом. И мне было реально

страшно. Я не понимаю, почему она была такой грубой. Откуда столько ненависти к нам? Однажды мы с бабушкой завели разговор о маминем папе – моём дедушке. Из этого диалога мне стало известно о психических болезнях дедушки, о внезапных вспышках агрессии. Бабушка убежала от него в огород, когда тот бегал за ней с топором. Она не сильно то хотела мне рассказывать дальше, но по её лицу было понятно, что были и другие случаи. Тогда мне стало немножечко понятнее, от куда в маме столько негативных эмоций. Возможно, она больна? Эта мысль меня радовала. Это хоть как-то объясняла её не адекватное поведение. Но понимание ситуации – ещё не решение проблемы. И я это прекрасно понимала, поэтому продолжала терпеть.

С появлением в нашей жизни отчима стало немножечко спокойнее. Она большую часть времени находилась с ним. Нам всё реже приходилось с ней разговаривать, смотреть на её недовольную физиономию, которая нереально раздражала, не приходилось слушать слова с этой отвратительной интонацией, с которой она говорила, когда была недовольна чем-то, после которой хотелось уйти подальше от неё. Её стало меньше в нашей жизни. И это радовало, позволяло дышать спокойнее и плакать пореже.

Отчим любил выезжать на природу, жарить мясо, отдыхать. Я любила эту его черту. Мама же наоборот не видела в этом смысл. Но первое время соглашалась на всяческие поездки. В этот период у нас сделано очень много фотографий.

Вообще, с появлением машины в семье жить стало проще. Мы периодически ездили в крупные магазины за продуктами. Там набирали по 2 тележки самой дешёвой еды, и мама была счастлива. Полный холодильник еды (пускай и низкокачественной), означал благополучие в семье. Это у неё осталось и до сих пор. А поняла я это совсем недавно. Она не умеет выражать чувства, потому что её не научила её мама. И поэтому она стремится закупить как можно больше еды. А когда домочадцы поедают эту еду, то она чувствует удовлетворение. В общем, еды в холодильнике теперь у нас всегда было огромное количество. Мне это нравилось, ведь я могла готовить практически любое блюдо. Но вот только по-тихому от мамы. Ведь, если я приготовлю что-то, а ей не понравится, то она наорёт, скажет: «Ты опять переводишь продукты». Обидится, не станет есть вообще ничего (чтобы я чувствовала вину), и будет весь оставшийся день злая. Поэтому я готовила всякие новые блюда, когда она была на работе и кормила этим отчима и сестру. Всем очень нравилось и мне тоже. И бабушке и крёстной и всем нравилось, как я готовлю, конечно кроме мамы. Если она вдруг почувствует в супе новую специю, то наорёт и не ест его. А мне конечно же было стыдно. Ведь теперь мама останется голодная. Но это всё мелочи. Со временем я просто готовила ей отдельно, ибо не хочется есть набор из 10 блюд всю жизнь. И душа требовала творчества, которое я прекрасно умела применять в кулинарии.

Отчим регулярно выпивал. Как-то раз, когда мама была на работе он снова напился. Я, Соня, Руслан и я сидели за столом. Дети ужинали, а он выпивал и закусывал. Сначала всё было нормально, но через час таких посиделок он хорошенько напился. До этого я никогда не видела его в таком состоянии. Это был первый раз, когда он при нас сильно напился. Потом завязался спор между отчимом и Русланом. Трудно было понять, они шутят или реально ссорятся. Но по итогу, отчим стал бить своего сына полотенцем, гоняя его по всему дому. Это было так глупо. 40 летний двухметровый мужик бегаёт по дому с полотенце за подростком. Вроде как в шутку, но бил сильно, по-настоящему. Тогда мне стало страшно, ведь я понимала – он себя уже почти не контролирует. Потом мы снова сели за стол, где он продолжил пить. Уйти к себе в комнату было неудобно. Не помню почему. Просто неудобно. Мы просто сидели и беседовали. Темы начинались с нейтральных. Потом разговор о его службе в армии, а потом он перешёл на пошлости. Я не могу вспомнить дословно, что именно он говорил, но я чётко помню эмоции и мысли, которые у меня возникли в тот момент. Я подумала: «Он же себя не контролирует. Нам ещё рано знать о таком. Мне неинтересно знать о половых органах его сына. Он перепил. Нужно уходить в комнату и закрываться». Вскоре мы ушли к себе, а он пошёл спать. С того момента я начала смотреть за Соней и не оставляла их наедине с отчимом. Я очень боялась за Соню. Ведь она была ещё очень слабая и точно бы

не защитилась. В общем это был первый звоночек для моей тревоги за сестру. Я понимала, что если случится изнасилование с его стороны, то мама 100 процентов не поверит нам. Так что ждать защиты со стороны мамы было бессмысленно. Поэтому единственным вариантом обезопасить себя и сестру, это не провоцировать его похоть и не находиться с ним пьяным. Что мы и делали с сестрой. Но я не всегда могла следить за сестрой. Однажды вечером, когда мама была на работе, а я у репетитора, моя сестра осталась с ним наедине. Я пришла домой, но сестры в комнате не было. Тогда я начала искать её, звуки доносились из комнаты мамы и отчима. Я постучалась, отчим сказал «входи», на кровати лежала сестра грудью вниз, рядом сидел отчим и делал ей массаж. Я впала в ступор от увиденного. Я рассказала об этом маме, но она не увидела в этом ничего страшного. «Не придумывай хуйни, какая разница, кто кому делает массаж, прекрати рушить нашу семью». Я не говорила с сестрой об этом случае никогда, но до сих пор страшно даже представить, о чём мог думать в тот момент отчим, пока гладил тело подростка. Я не хочу и представлять, что ещё там могло твориться. Мне было неловко спрашивать сестру об этом в детстве, а теперь и вовсе страшно.

С появлением в нашем доме двоечника, на меня легла дополнительная обязанность – подтянуть его учёбу. И так как он был моим одноклассником, то мне было даже приятно, что мои труды оценит хоть кто-нибудь. Преподаватели хва-

лили меня за его оценки. И я с энтузиазмом взялась за его учёбу. Тогда я поняла, что у меня прекрасно получается преподавать и объяснять. А главное – я убедилась в математическом складе своего ума. В процессе занятий математикой, я сама стала лучше её понимать. А Руслан – мой вроде как брат, с 2 поднялся на 4 всего за 4 месяца. И это было моим достижением. Все учителя сочувствовали мне, вроде как мне тяжело и свою учёбу тянуть и Руслану помогать, но они не знали, что после маминых списков домашних дел, сидеть и объяснять математику – это счастье. Но Руслан прожил у нас недолго. Наша мама его вытравила из дома. Он ей не нравился, и она быстренько создала для него невыносимые условия, от которых он сбежал от родного папы к бабушке. Мне тоже было от этого хорошо. Ведь теперь в школе меня не будут унижать одноклассники. Теперь двоечник и хулиган больше не мой брат, не живёт со мной в соседних комнатах. Он снова скатился в учёбе. А в школе у меня восстановились прежние отношения с одноклассниками.

Спустя несколько месяцев, отчим снова сильно напился. Тогда мы с сестрой сидели у себя в комнате, и только слышали всё, что происходило на кухне. Мама называла отчима алкоголиком, а он её материл и говорил про неё всякие гадости. Мама сама не пила. Она вообще не любитель выпить. Поэтому она сидела трезвая и спорила с пьяным мужчиной. Спустя примерно пол часа ругани, она взяла его телефон и пошла с ним к выходу из дома, а он за ней. Она была уверен-

на, «он общается с бабами», что для мамы означало измену. Это не мои отношения. И не мне судить. Но моё мнение, общение – не измена. Он же с ними не спал, а только общался. Я знаю это на сто процентов, потому что мама всегда рассказывала о подробностях своей личной жизни. Я знала какой отчим в сексе, какой был папа, другие её любовники, хотя я и не хотела этого знать. Мне было неловко с ней это обсуждать и даже просто слушать. Я просто думала, «я же ещё ребёнок, зачем не эта информация, я не твоя подруга», но подруг у мамы не было и поэтому все её интимные секреты годами вливались в мою ещё детскую голову. Она всегда говорила, вы же у меня уже взрослые. Но это же бред. Конечно удобнее считать детей уже взрослыми, так проще. Эта их словесная перепалка закончилась дракой. Мама, видя неадекватного пьяного мужчину, который вдвое сильнее тебя, всё равно упёрто настаивала на своём и не отдавала его же телефон. В этот момент нам с сестрой стало безумно страшно, мы вышли из своей комнаты, начали кричать на них и плакать. Мама только успела крикнуть: «убирайтесь в комнату» и он повалил её на бетон. Стал забирать телефон и быть её по лицу. Соня, смотря на всё это, захлёбывалась от слёз и пыталась на них кричать, а я стала звонить дяде – полицейскому. Почему она не отдала ему телефон? Как можно быть такой упрямой, такой гордой? Он же мог легко её убить. Но она продолжала жимать его телефон, пока он не разбил ей голову, губу и не ушёл. Мама злая и гордая позвонила дяде. Нажаловалась на

сожителя и легла спать. Она не поинтересовалась у нас, какого нам? Что мы чувствуем после этого инцидента и всего увиденного? Она просто легла спать. А мы пошли в комнату, зарёванные. Ведь нам всё равно было её жаль. Ведь она наша мать. И любить мать – это состояние по умолчанию для каждого ребёнка.

На следующее утро она собрала его вещи и выставила их за ворота. Следующие 2 месяца я слышала от неё только какое он ничтожество. Теперь вся её энергия (процентов 90 – негативная) направлялась на нас с сестрой. Когда мы не делали дела, она постоянно сидела у нас в комнате, мешала делать уроки разговорами об отчине. Это жутко надоедало. Нам не интересно часами слушать одно и то же. Она сама была виновата в этой ссоре. И мы это понимали, хотя мы должны бы были её защищать, но мы ждали этой драки. Ведь он не находился в её подчинении, как мы. Он не обязан был терпеть её характер. Вот она и получила то, на что нарывалась. То, чего ежедневно добивалась придирками, упрёками, шантажом, унижением к нему. Даже мне – 14летней девочке было понятно, что мужчина не будет долго терпеть моральные унижения. Это же мужчина, а ни игрушка, ни собака, не твои дети. Он может безнаказанно выражать своё мнение...

У отчима не было своего дома, он жил со своей мамой в соседнем хуторе, без воды, без связи и топил печь дровами. У мамы же был большой дом и все благополучия современной жизни, так как к этому времени мы неплохо обустроили

дом техникой и хорошей мебелью. Ему было у нас просто удобнее жить. Через 2 месяца мама стала звать его к нам в гости. Причём ему не нравилось, когда мы находились дома. Поэтому, когда он приезжал к маме в гости (помыться, поесть, посмотреть телевизор и утешить свои репродуктивные потребности), мама отправляла нас к бабушке на день или 2. Нам приходилось собирать свои вещи, школьную форму и учебники на 2 дня и уходить к бабушке. Нам это не нравилось, но наше мнение никого не интересовало и нам приходилось молчать, всё равно мы не могли ничего изменить. Она начала за ним бегать. Старалась угодить во всё. Раз в неделю мы приходили жить к бабушке, а потом обратно домой. Это продолжалось до тех пор, пока отчим не разрешил маме оставлять нас дома, примерно месяца через 2. Тогда я стала ненавидеть их обоих. Почему мама и сама так вытирает ноги о своих детей и позволяет это делать какому-то мужчине? Что мы сделали им плохого? За что к нам относятся как к мусору? Теперь я понимаю. Мама просто была безумно влюблена в него, кстати влюблена и по сей день. А он умело пользовался её любовью. Вот и получалось, что мы с сестрой были просто половыми тряпками в их отношениях, о которые они периодически спотыкались и отбрасывали подальше в угол – к бабушке. Мы умоляли маму позволить нам постоянно жить у бабушки, но она постоянно говорила: «Пока вам нет 18, я решаю где вам жить, а жить вы будите дома». И когда в очередной раз мы с Соней должны были уходить

на 2 дня к бабушке, я отказалась. Завязалась ссора. В 14 лет я уже могла отстоять свои на словах. Психологически у меня уже хватало сил её подавлять. Сопротивляться уж точно. В ответ на оскорбления в мой адрес, я оскорбляла отчима, ведь это всё из-за него. Я назвала его матерным словом, и она вышла из себя. Когда она не смогла мне как всегда приказать и сломить на словах, довести до слёз (я поняла, что она получает удовольствие от наших слёз, и когда она на нас давит, а мы не плачем, то она злиться ещё сильнее), тогда она схватила меня за волосы и потащила на улицу. Я не могла сопротивляться, хотя пыталась со всей ненавистью к ней и со всей жалостью к себе, она была сильнее. В её руках остался клочок моих волос, а через час я увидела огромное лысое и ярко-красное пятно на голове. С того момента пятно с диаметром в 7 сантиметров я замазывала карандашом для глаз, чтобы никто не видел этой залысины. А самое больное, что я тогда испытала, это крики моей сестры. Она смотрела на всё это, плакала, умоляла маму оставить меня в покое, но всё было бессмысленно. Каждое её слово, адресованное маме, как будто разрезало мне сердце. Соня просто кричала маме «Не трогай её». Почему эта маленькая девочка смотрит на это? Что она сделала плохого? Ведь это я пыталась противоречить маме, а не она. Это же я выразила свои негативные эмоции по отношению к маме. Соня здесь вообще не виновата. Неизвестно, кому тогда было больнее. Мне – испытывать физическую боль, или Соне – моральную. Как бы я хо-

тела вырезать это воспоминание из своей памяти! Господи! Как бы я хотела. Но оно будет жить во мне до конца дней. Мама всё равно заставила нас идти к бабушке. Мы ничего не могли изменить. Что бы мы не делали, как бы не разговаривали с ней. Она любила отчима и сделала бы всё, что он захочет. Во время этой ссоры я ей кричала: «Зачем ты меня родила? Лучше бы в детский дом нас отдала! Мы тебе нужны только для уборки! Ненавижу тебя и твоего ёбаря» Да прости меня читатель за мой мат. Но это именно то слово, которое и он, и она заслужила. Я так их ненавидела. Но маме было всё равно. Ужасный тогда был день, который мы закончили у бабушки дома. Нам просто хотелось спать дома, нам было не приятно, что нас постоянно то выгоняют, то обратно зовут. И кто? Родная мама. Чего я добилась? Ничего ...

И как же мне хочется написать о каких – ни будь хороших деньках. Ровно также, как я их хотела прожить.

В 15 лет со мной случилось чудо – мама выгнала меня из дома, и я целый год жила у бабушки. Причиной стало моё неприятие отчима. Он жутко раздражал. И периодически я говорила об этом маме. В общем, на этой почве количество скандалов значительноросло. А «подогревало» пламя скандалов мамино чрезмерное желание вырастить из нас идеальных детей. Как только мне стукнуло 14 лет, моя мать решила, что мне необходимы месячные. Она считала меня нездоровой, если в 14 лет у меня не началась менструация. И, даже несмотря на то, что в нашей семье у всех девушек

эти дни наступают несколько позже, чем у остальных девочек, мама все равно потащила меня к гинекологу, эндокринологу. Зачем??? Мне только 14! У неё самой начались в 18 лет! А я её дочь, значит и у меня тоже пойдут попозже. Но, если моя мама захотела моих месячных, если ей показалось это ненормальным, то уже ничего её не остановит. После обследования врачи не нашли патологий, только незначительные отклонения, связанные с индивидуальным темпом развития органов. В процессе развития репродуктивных органов, нет строгих нормативных значений размеров органов, так как все девочки индивидуальны. Но мама не хотела слышать такого объяснения моих отклонений. Вопрос врачу был задан предельно чётко: «что можно сделать, для того чтобы у моей дочери началась менструация?». На что последовал вполне логичный ответ – принятие гормональных таблеток. С этого момента я начала активно набирать вес. Мне это не нравилось. Но мама меня не слушала, «Раз врач назначил, значит тебе это необходимо. Не выёбывайся, я на твои таблетки и так кучу денег отдаю, лучше не беси меня!» Примерно одно и тоже я слышала от мамы после каждой попытки убедить её в ненужности приёма таких серьезных препаратов, от которых мне ещё чаще хотелось плакать, от которых я поправлялась, от которых меня тошнило. Чем закончился этот мамин эксперимент с моим здоровьем? В первый же месяц приема того ужасного препарата, менструация наступила, однако, прекратилась вместе с отказом от таблеток. Мой

организм не созрел для этих дней, я это чувствовала еще до начала приёма гормонов, но моё мнение никого не интересовало, как всегда. Ни маму, ни врача. А мама снова потащила меня к врачу сразу же после чего мне назначили другие гормоны, на что я сказала: «Я больше не буду пить гормоны до 18 лет, еще не время». Все эти разногласия приводили к жутким скандалам, и мама меня выгнала жить к бабушке.

Это был самый лучший год в моей жизни. Я так мечтала об этом. Жить без мамы. Бабушка меня всегда любила, однако я поняла это только с возрастом. После очередной ссоры мама опять меня выгнала из дома. Только на этот раз мама не пришла за мной через пару дней. Не приказала собирать вещи и идти домой. Она спокойна сказала: «иди домой, собирай вещи и уёбывай из нашей жизни». Я сначала не поверила, но мама была настроена решительно. Я пришла домой, по дороге зашла к бабушке в магазин за пустыми коробками для вещей, и принялась беспорядочно скидывать вещи. Я не верила своему счастью. Думала, мама вернёт меня домой через пару дней, как это было всегда. Но, к счастью, она этого не сделала. Я боялась, что она в любой момент меня заберёт, как только у неё испортится настроение. Но она меня не трогала вообще. Не звонила, не разговаривала, не приходила к бабушке в гости, ведь там была я. Месяца 3, наверное, она со мной не разговаривала. Обижалась на меня. Я отказывалась любить отчима, говорила маме, какой он гадкий человек. А она его любила до беспамятства. Чтобы я не мешала

им строить «семью», мама просто избавилась от меня. Но я не обижалась. Я радовалась всем сердцем. Но, в то же время сильно переживала за Соню. Ведь теперь все домашние дела, животные и вообще всё ляжет на её хрупкие плечики. Но в то же время, я понимала, мне необходим отдых. И изменить я всё равно ничего не смогу. Я отгоняла все мысли о Соне, что было нереально сложно. От самих мыслей о том, как трудно одной маленькой девочке справиться со всеми обязанностями, скинутыми нашей мамой на нас, мне так хотелось сжать все мышцы на своём теле и заплакать от такой несправедливости этого мира! За что нам с сестрой весь этот ад!? В чём мы провинились перед Богом? Но, с другой стороны, если в их доме не будет меня, то и скандалов должно стать меньше, а соответственно Сонины нервы будут меньше страдать. В тот период времени Соня ещё боялась выражать своё мнение, ибо подавить мамину агрессивную реакцию на это, она была ещё не в состоянии. Поэтому Соня с мамой ссорились реже, чем я.

Бабушка тоже радовалась такому пополнению в их немногочисленной семье, ведь теперь я могла помогать по хозяйству и ей, и прабабушке. Мне было безумно приятно им помогать, ведь за это говорили спасибо, а не как мама – критиковала и приказывала переделывать. Бабушка меня отпускала гулять, не заваливала кучей обязанностей, ни разу не подняла меня руку, ни разу не кричала. За целый год! Я чувствовала столько сил, столько свободы, столько счастья. Я не ве-

рила, что это реальность. Мы с бабушкой ходили в церковь, молились перед сном. Я не совсем понимала, зачем я это делаю, но если бабушка верит, то почему бы и мне не поучаствовать в этом. Подобного опыта у меня до этого не было, и я с радостью учила молитвы, хотя меня никто и не принуждал к этому. Это всё моё любопытство. Это было моим собственным желанием. С другой же бабушкой, а точнее – с прабабушкой мы часто ходили в огород, пололи морковь, зелень и многое другое. Подвязывали помидоры, а прабабушка, подходя к каждому кустику, говорила «растите мои хорошие, мои любимые помидорчики». Это было так странно. Не подумайте, она не была сумасшедшей. Наоборот, в возрасте 86 лет, от неё можно было услышать глубоко – мудрые высказывания, рассуждения. У неё была трудная жизнь. В детском возрасте пережить войну. Она видела голод, видела смерть родных будучи ещё ребёнком. Всю свою жизнь им с дедушкой приходилось много работать, но это не мешало рожать троих детей, выращивать домашних птиц, кроликов, заниматься коровой, огромным огородом и прочими хлопотами сельской бытности. На мой взгляд, её жизнь – идеальный пример русской семьи, русской женщины, русского духа. Она была невероятно терпеливым человеком, заботливой, весёлой и лёгкой в общении. Она всё время смеялась, в каком бы настроении не была. Несмотря на свой возраст, любила пошлые шуточки, иногда выпивала 50 грамм коньяка, но не больше. В каждом её взгляде прослеживалась любовь

к жизни, к миру. Я так любила и люблю свою прабабушку, я так многому у неё научилась, и так много теплоты получила именно от неё.

Очень скоро от такой спокойной жизни во мне проснулось огромное количество энергии, жизненных сил, вдохновения. Первым делом, на которое я пустила свою энергию, это спорт. Решила сбросить 5 лишних килограмм и каждый вечер бегала по 12 км. Мне так нравилось наличие свободного времени. Я готова была летать от положительных эмоций, от счастья. Никогда не забуду этот год. Наконец у меня оставалось время на уроки. Я с таким удовольствием принималась за уроки сразу после школы, а не как раньше в 9 часов вечера, уставшая после домашних дел. Очень скоро я стала отличницей. Буквально пару месяцев и я подняла учёбу до небес. Мне безумно нравилось учиться. Исполнилась ещё одна мечта – я ходила на тренировки по волейболу. Я всегда хотела, но мама не разрешала, говорила: «А дела кто будет делать? Ходи на свои тренировки, но если не будешь успевать делать дела, то бросишь». Она и не запрещала, но и не позволяла ходить. Теперь в мамином арсенале был новый вид наказаний. Наказание тренировками. За несвоевременное или некачественное выполнение домашней работы меня наказывали волейболом. И я лишалась тренировок на недели вперёд. Поэтому тренер выгнал меня из команды, хотя я даже не успела толком научиться играть. А теперь же я имела возможность ходить на волейбол каждую тренировку.

Это казалось высшим счастьем. Но, в глубине души, я понимала, что за это счастье придётся расплачиваться. И морально я пыталась подготовить себя к мысли, что этот рай не вечен. Но не может быть всё настолько прекрасно. И я была права. Через год моему счастью пришёл конец. Маме вдруг захотелось забрать меня обратно. А я только привыкла. Я с детства ненавижу перемены. Я долго приспосабливаюсь к новым условиям, обстановке, к новому запаху от постельного белья. Я ненавижу перемены – это всегда риск и неизвестность. Так и в этот раз. Я долго привыкала к новой жизни. И как только привыкла, меня закинули в новую обстановку. Мама с отчимом построили новый дом на участке и переехали жить в новый дом, а старый сдавали командировочным. Поэтому возвращаться мне пришлось в новую обстановку. Всё было чужим. Я умоляла маму не забирать меня. Она только говорила «пока тебе нет 18, ты будешь жить там, где я захочу». Против такого и сказать нечего. Поэтому, опыт прошлых возражений маме оставил слишком много синяков и дыр на сердце от её грубых слов, поэтому я просто подчинилась. Так вот и прошёл мой самый лучший год в жизни.

В тот год у меня случилось очень много всего нового. Я написала первое в моей жизни стихотворение, которое выиграло несколько конкурсов. Я впервые что-то почувствовала к противоположному полу. На волейболе я ходила не только на женские тренировки, но и на мужские, где един-

ственной девочкой была я. Мне так нравилось заниматься спортом, что я оставалась и на взрослые тренировки, на которые ходили все желающие мужчины. Это был уже высший уровень игры в нашем посёлке. Лучше, чем эти мужчины и мальчики, в нашем селе никто не играл. Туда приходили и старшеклассники, и взрослые мужчины, и дедушки. И я. Мне казалось, что среди сильнейших я научусь играть быстрее. И правда. Я очень стремительно развивала навык игры. Спорт – это не только игра. Это эмоции, выброс эндорфинов, адреналина. Этот гормональный коктейль в сочетании с переходным возрастом творили что-то неопишное. У меня появлялись странные желания, и я поняла, мне безумно нравится один мальчик. Высокий. Играл в волейбол лучше всех, и очень молчаливый, хотя и нереально красивый. Но я так и не смогла с ним заговорить. Больше года я пыталась сказать ему «привет», но не могла из-за сильного страха. Я была полненькой, с 10 лишними кг. Из-за этого было много комплексов. Мне казалось, что такие красивые мальчики не смотрят на толстых девочек, каковой я себя считала. Тогда я решила худеть. Бегала как сумасшедшая, правильно питалась, но больше чем 5 кг сбросить никогда не получалось. И самое главное, мне было очень комфортно с лишними килограммами, я была такой миленькой, таким щекасты хомячком со здоровым аппетитом. Я так люблю свою фигуру в 15 лет. Я была такой здоровой, такой живой, такой настоящей.

Мама старалась поддерживать со мной отношения, я

знаю, она меня всё равно любила. Она покупала мне продукты, йогурты в школу, спрашивала про мою учёбу. Она, как и я понимала, нам лучше жить раздельно. Обещая не возвращать меня к ней домой попросила только об одном – снова пропить гормоны, ибо менструация так и не началась. И я уступила. Она принесла мне стопочку из упаковок с таблетками, рассчитанную на полгода и по-человечески попросила пропить ещё курс. Я согласилась. Просто уступила. Может быть и правда в 15 лет уже должна начаться менструация? Но, по итогу, ситуация повторилась. Сразу после отмены гормонов, прекращались и месячные. Мой организм упорно не хотел взрослеть. Только теперь я уже не удивилась, не обвиняла маму в ненужности лечения. Мне было все равно. Моё здоровье всё равно не в моих руках.

Конец 9 класса. Пора сдавать экзамены. Мне очень повезло, что в этот период я жила у бабушки. Это гарантировало хорошую сдачу экзаменов, так как времени на учёбу у меня было более, чем достаточно. И вообще времени хватало и на тренировки по волейболу, и подготовку к экзаменам, и на ежедневные пробежки, и на помощь бабушке, и на уборку. На всё, что я только хотела. Теперь же всё моё время, вся мая жизнь принадлежала только мне. Экзамены я сдала очень хорошо. Училась я на 4, так же и сдала экзамены. Я никогда не переживала о безуспешной сдаче, верила в свои силы и способности, в отличие от моих родственников. И бабушка, и мама, и прабабушка – все говорили, что я провалю экзамены, но я знала свои способности.

Закончился учебный год. Я решала, куда на этот раз пойти работать. Бабушка посоветовала пойти в санаторий. Мы вместе с ней прозвонили во все санатории и в одном из них устраивал мой возраст, но документы попросили принести мамы. Я так и сделала. Меня взяли на должность официантки. Это работа оказалась самой тяжёлой в моей жизни. Целый месяц с одним выходным в неделю я спала по 5 часов в сутки. А просыпалась в 4 утра. 3 часа на дорогу в оба конца. И остальное время на ногах. Я обслуживала шведские столы, убирала столики, меняла скатерти, носила тяжё-

лые ёмкости с едой, бочки с супами и грязную посуду, раскладывала сладости по тарелкам и ещё много всяких функций. Все это нужно было делать очень быстро. Есть можно было столько, сколько влезет. И я нереально много ела. До тошноты, до позыва рвоты. Всегда любила поесть, особенно бесплатно. В общем я набрала 7 кг за месяц и заработала 18 тысяч. Кстати, с 12 лет я начала сильно набирать вес. Еда меня всегда делала счастливее, а в холодильнике всегда было куча всяких вкусных гадостей, которые пагубно влияют и на здоровье, и на фигуру. Каждый день привозила по 2 больших пакета с едой. Причём я кормила 2 семьи. В одной – маму, отчима, сестру. А в другой бабушку и прабабушку. Я могла и не носить домой еду. Но если есть возможность, то конечно я ей воспользуюсь.

В тот период времени мне очень нравились голубые глаза. И вообще голубой и синий цвета мне очень нравились. Они вдохновляющие, мечтательные, чистые. Тем же летом я купила себе голубые линзы. И каждое утро, вставая в 4:30, я уделяла 5 минут на моментальную смену цвета глаз. Мне было не жалко время, ибо страх разоблачения моих натуральных зелёных глаз пугал меня. Казалось, будто коллеги разочарованно скажут: «А, так у неё не голубые глаза, понятно». Сейчас я понимаю, это были первые предпосылки к ношению «масок». Только в 15 лет мне нужны были линзы, утягивающие корсеты, яркий макияж, наращённые волосы, которые я приобрела тем же летом.

Моей напарницей в том санатории, где я работала официанткой, и хорошей знакомой была одна девочка, старше меня на 1 год. Она и помогла мне освоиться в коллективе, объяснила кого стоит остерегаться, кому улыбаться, как подворовывать еду для дома и остальным нюансам. За то лето мы стали подругами, хотя, это слишком громкое слово. Скорее, хорошая знакомая. Но она считала меня подругой, в то время как я понимала ценность этого слова «подруга». Мы вместе с ней бегали на речку в перерывах, кушали, болтали. Она была единственной знакомой среди чужих людей. И, отработав сезон, мы продолжали общаться некоторое время. Я бы не сказала, что она сыграла большую роль в моей жизни. Нет. Она просто хороший, добрый, жалостливый человек. У неё был парень по имени Гриша – инвалид. Он мог ходить, выполнять работу по дому, но часто подал в обмороки раз в неделю примерно. Не помню точно, как называется та болезнь, впрочем, это не главное. Гриша жил в большом доме, который ему достался от бабушки по наследству. Он не работал, а вместо этого играл в компьютерные игры целыми днями и пил пиво. А Настя – моя напарница, всячески помогала ему материально, психологически, физически. Она отдавала ему часть своей личной заработной платы (что для меня было дико, ведь она могла помогать маме или маленькой сестре), жалела его, когда у него случались нервные срывы, делала ремонт в его доме. Хотя я была младше Насти, но понимала какой он жалкий. Мне всегда казалось,

что мужчина должен быть сильнее духом, сильнее физически, крепче материально. Но в тех отношениях было всё наоборот. Посмотрев на Настину ситуацию, которая её устраивала, я твёрдо сделала для себя вывод – я не хочу так жить. Не хочу успокаивать плачущего парня, не хочу носить тяжёлые сумки с едой своему парню, не хочу сама делать ремонт. Разве она была девочкой рядом с ним? Нет! Она была мужиком. Стройнейшим мужиком в мини-юбке и с грудью первого размера. Она не была особо красивой, как мне казалось. Прыщавое лицо, горбатый нос, сутулая спина, кривые ноги. Но она была стройной. Очень стройной. И всё то время, пока мы работали, внимание окружающих мужчин и мальчиков было только на ней. Хотя мы всегда были вместе. Только у меня было пузо как у беременной от не мысленного количества съеданной еды, а у неё плоский живот и плоская попа. Черт возьми! Внешне я была красивее её, но раза в 2 толще. Именно в своём весе я тогда видела причину отсутствия внимания со стороны мальчиков. Это было обидно. Хотя, я понимала, что всё в моих руках. И уже весной я начала бегать каждый день. Снова. Снова эти взвешивания каждую неделю. А когда стало холодно бегать, то я уговорила бабушку купить мне велотренажёр. Я зашла на «авито», нашла самый дешёвый велотренажёр, договорилась о доставке из другого города. А бабушка это всё дело спонсировала. Периодически, когда я срывалась с правильного питания и объедалась всякими вредными и калорийными блюдами бабушкиного

приготовления, обещала себе сесть на голод следующим же утром. И в тот момент у меня была нереальная сила воли. Мне удавалось себя сдерживать от еды. Сейчас же я понимаю, что сила воли моя начала иссякать именно с тех голодных дней. Сейчас я представляю свою силу воли как некий сосуд, который с рождения человека наполнен, но после каждого такого насильственно, скорее даже – само насильственного голода, этот сосуд пустеет. Медленно. Незаметно. Безвозвратно. Максимально количество дней без еды – 3. Трое суток ничего кроме воды. Я могла и больше дней не есть, но прабабушка замечала и уговаривала покушать. До сих пор помню тот капустный салат после 3 дней голода. Господи! Он был божественно вкусный. С той осени я начала активно и упорно интересоваться различными способами похудения. И, конечно, мне хотелось за неделю сбросить 5-10 кг. Я смотрела видео блогеров, которые очень много лет занимаются спортом. Различные видео уроки и советы от похудевших девушек. Я смотрела на их фигуру, на их распорядок дня, питание и прочие привычки худых людей, завидуя, поражаясь. Но очень скоро все эти попытки похудеть прекратились. Так как у меня была другая проблема, намного серьезнее 10-15 лишних килограмм.

Мама решила вернуть меня домой. Всё ещё не понимаю, зачем? Я плакала и умоляла её этого не делать. Говорила, как нам сложно найти общий язык, приводила различные доводы. Она сначала пыталась уговорить меня по-хороше-

му, но поняла моё нежелание соглашаться с её – единственным правильным мнением, и перешла на свою излюбленную грубость. Коротко сказала свою любимую фразу: «Пока тебе нет 18 лет – ты моя собственность. Где скажу, там и будешь жить» Всё было напрасно.

Я перенесла все свои вещи, велотренажёр, обруч и прочие штучки. Переехав к маме, я удивилась поведению Сони. Она называла отчима – этого мудака, которого когда – то вместе ненавидели, своим папой. Мама снова старалась быть хорошей, ведь совсем недавно они расходились и снова сошлись примерно одновременно с моим переездом. Как и всегда в такие периоды мама всячески старалась удержать отчима и некоторое время была хорошей женой. Но мне кажется она бы не такой уж и хорошей женой. Обычной. Просто не как раньше – не ужасной. И однажды, после очередного скандала между отчимом и мамой, я поинтересовалась у отчима «Зачем вы всё это терпите, ладно мы – у нас выбора нет, но у вас то он есть». Он прекрасно понял меня, что я имею в виду. Помолчав несколько секунд начал говорить, как тяжело жить взрослым. Вспыхнули эмоции и куча недовольства, которые я, разумеется, проговорила про себя и «проглотила» (Серьёзно? Мне 16 лет, а не 5 лет! Я, конечно далеко не всё понимала в этом мире, но знаю, как бывает трудно. Чёрт! Да я полтора месяца спала по 4-5 часов и приносила тебе еду, которую ты жрал. Даже слова «спасибо» так и не услышала от тебя! Ты, сорокалетний мужик плачешься 16 летней

девочке о том, какая сложная жизнь?)

После этого внутреннего монолога я почувствовала удовлетворение. Во-первых, я выразила недовольство по отношению к матери, что бывает крайне редко. Ведь, задавая вопрос отчиму зачем он терпит я унизила собственную мать даже без её участия, а соответственно и без последствий. Во-вторых, я снова вспомнила какая я молодец, что носила им еду. Хотя и мысленно, но я унизила и отчима. Это приятно унижать ненавистника. Как бы это не звучал, но это факт, случающийся со всеми людьми. Это естественно. В-третьих, я снова почувствовала себя несчастной. Такая маленькая девочка сидит с таким большим человеком. Но я же понимала, что морально я сильнее его. Или мне так казалось. В любом случае- тогда я чувствовала себя сильнее его. Хотя сейчас даже не знаю. Трудно судить человека, не зная всю его прошлую жизнь. Поэтому воздержусь от оценки его внутренней силы. Да и не мне судить и размышлять об этом. В общем после этого не продолжительного диалога я дала понять отчиму своё расположение и нейтральность к нему. С годами, я начала больше понимать взаимоотношения между людьми. Очень активно интересовалась психологией, читала какие-то книги, хотя и без них неплохо понимала поведение людей, благодаря постоянному способу избегания скандалов. Именно поэтому я стала больше понимать и поведение отчима, и поведение матери. Кстати и сейчас ничего не изменилось. Мама – безнадежно влюблена. Отчим – ле-

нивый и корыстный любитель красивой жизни. Я совершаю ошибку, рассказывая об этом, осуждая обоих. Но мне хочется это написать, какой бы тварью я вам не казалась. Эти отношения – это то, за чем я наблюдала 5 лет. Впрочем, это же не моя жизнь. Это их жизнь. И каждый из них уже расплатился за свои ошибки, повстречав друг друга однажды.

16 лет

Переезд от бабушки означал для меня запрет тренировок, конец диете и даже правильному питанию, так как в холодильнике у мамы всегда куча еды, которую нужно было съесть, пока она не испортилась. Конец хорошей учёбе, конец свободному времени. Конец всему. Но тут произошло чудо. По непонятным мне причине, мама вдруг стала по-другому ко мне относиться. После возвращения к маме, мне разрешили ходить на волейбол, разрешали посвящать своё время учёбе, чего раньше не было. Теперь же все обязанности легли на плечи моей сестры. Я понимала, что Соне тяжело, но старалась закрывать на это глаза. Мучает ли меня совесть? Да. Мучает. Но если отмотать время назад, то я поступила бы так же. За этот год я сильно отделились с сестрой друг от друга. Эта маленькая девочка научилась грубости. Если же раньше весь мамин негатив доставался мне как старшей, и я тем самым переняла умение грубить как способ самозащиты, то теперь же Соня поступала ровно точно также и со мной. Моя любовь к сестре слегка задымилась резкими сло-

вами и холодным взглядом моей сестры. Да, я себя оправдываю. Так удобнее, нежели признать свой эгоизм. Но некоторая моя часть, ещё видит реальную сущность моей души, пускай и не самую хорошую, но настоящую.

Тогда я продолжила хорошо учиться и вдруг поняла, я иду на золотую медаль. Я – бывшая троечница, неожиданно стала отличницей. Возможно, потому что никто не верил в мои силы. Мама, бабушки всё родственники говорили, что я не смогу учиться в 10 классе, меня выгонят из школы, я только испорчу свои оценки, не смогу сдать ЕГЭ. Но уходить после 9 класса мне совсем не хотелось. Я мечтала о высшем образовании. И на момент принятия решения остаться в 10 классе, я планировала и дальше жить у бабушки. Переезд к маме я не планировала. Поэтому мне очень хотелось учиться дальше. А теперь я жила у мамы. Если бы я заранее знала о дальнейшем переезде, то ушла бы из 9 класса и поехала бы учиться куда-нибудь, лишь бы подальше от мамы. Но теперь у меня не было выбора. И я решила во что бы то ни стало хорошо окончить школу. Тратила всё своё время и все свои силы на учёбу. Ну и на похудение конечно. Я каждый день занималась на велотренажёре, безуспешно пыталась правильно питаться и бесконечно решала варианты для подготовки к ЕГЭ. Все своё время я старалась тратить максимально эффективно. Специально перестала смотреть телевизор, ибо на это уходило моё драгоценное время. Перед сном вместо игр на ноутбуке и прочих развлечений, чи-

тала словарь русского языка, стараясь пополнить свой словарный запас. Мне безумно нравилась такая жизнь. Я была счастлива. Но вот лишний вес меня очень сильно тревожил. После всех попыток похудеть я только набрала вес. И, однажды у меня даже случилась истерика по этому поводу. После школы я пришла злая, меня всё сильно раздражало. Мне так хотелось хотя бы заговорить с тем парнем, что мне нравился уже целый год. Но не могла. Я была полной и из-за этого неуверенной в себе и закомплексованной. Это так бесило. Я ненавидела себя за отсутствие силы вол. Почему я не могу похудеть? Я так много для этого делаю. Что не так? И тут нахлынули слёзы. Очень много слёз. Пришла мама и начала со мной беседовать. Говорила, что не всё так плохо с моей фигурой. Просто нужно поменьше есть. Но я не могла. Я любила поесть. Много поесть. Сколько бы я ни бегала, сколько бы часов не провела на тренажёре, пока я ела калорийную еду в неограниченных количествах, вес не уходил. В 16 лет при росте 159 см я весила 70 кг. Да, я была спортивной, но большой. Мне это не нравилось. Я мечтала похудеть. Господи, как же я мечтала похудеть! Минут 20 слёзы текли не прекращая. А все наболевшие мысли текли из сердца, выливаясь наружу словами о собственной беспомощности, никчёмности и обречённости. Спустя пару часов я успокоилась и почувствовала самое страшное в мире чувство – паники. Причём причин для того не было. Это очень сложно объяснить словами. Ка будто через минуту произойдёт

взрыв, сердце биение учащается, все вокруг становится пугающим, начинается паника. Это состояние я переживала всего 2 раза в жизни. Первый раз это со мной случилось после крупной ссоры с мамой, когда она не разговаривала со мной 2 дня и не разрешала выходить из комнаты. А потом разрешила выйти из комнаты и заставила красить трубы во дворе. Она мне помогала. Мы говорили о моей вине, которую я не признавала в душе, но признавала в диалоге с мамой. После тех 2 кошмарных дней во время покраски труб я впервые почувствовала эту неоправданную, беспочвенную панику. Это так страшно. Хочется умереть. А если не умереть, то резко окунуться в ледяной воде. Сделать что-нибудь, чтобы выйти из этого приступа паники. В среднем он длится минут 10-15. Повзрослев, я поняла, что такие приступы случаются после сильнейших стрессов. Так было и в 16 лет. Только теперь я уже была знакома с этим чувство, и оно не вызвало у меня такого сильного страха. Я просто говорила себе: «Всё нормально, это скоро закончится. Потерпи, маленькая моя.» В депрессивных состояниях я очень часто общаюсь сама собой, мысленно конечно. Называю себя ласковыми словами, представляю, как глажу себя по голове, с такой же заботой, с какой я себя люблю. С какой хотела бы, чтобы любили и меня. Той же ночью мне приснился кошмарный сон. Ещё один сон, который я запомню на всю жизнь. Парк. Ледяной парк. Вокруг всё покрыто толстым слоем грязно-синего льда. В центре замороженный фонтан, бортики которого также во

льду. По всей территории разбросаны трупы. Синие, обнаженные, обездвиженные тела. И, судя по обзору моего видения, я была одним из таких трупов. Я видела синие голые ноги, которые медленно ходили по территории парка вокруг фонтана. Я видела только синюшные пальцы, щиколотки и колени. Только до колен я могла поднять глаза. Дальше не могла. Чьи-то ноги останавливали свое движение у лавочек, будто бы те двигающиеся тела садились на лавки. Это очень страшно. Не помню точно, что было дальше. Проснувшись я вспомнила только это. Я сильно перенервничала. Не удивительно, что мне приснился этот сон. Это следствие. Ожидаемое следствие. В тот день в моих мыслях начали происходить необратимые изменения. Теперь я была почти готова взять себя за шею, и, не дыша, терпеть голод, терпеть желание сорваться с диеты, терпеть всё, что может помешать моему похудению. Но итоговым ударом по моему привычному образу жизни стал ещё один случай, связанный с моим восприятием тела, аппетита и окружающих.

Мы с классом поехали на экскурсию, по дороге обратно все достали свою и начали есть. А я поела в кафе по дороге к автобусу, пока остальные делали фото. В сумочке у меня имелся целый пакет с бутербродами, которые я предусмотрительно сделала дома. Мне уже совсем не хотелось есть, но я всё равно достала 6 бутербродов из сумочки, наслаждаясь вредной едой. Причём все одноклассники видели моё зверское уничтожение бутербродов. Сейчас я уже понимаю, что

тот факт безумного поедания бутербродов можно смело назвать – компульсивное переедание. В начале эти обжорства случались во время отклонения от правильного питания или по-другому – во время срывов. Я начинала есть, как обычно, но в какой-то момент теряла контроль. Теряла чувство меры, не могла ни о чём думать, «выключалась». Когда в желудке чувствовалась боль. А вместе с этой болью включалось осознание происходящего, ужас от объёмов порции, ненависть к собственной безвольности и никчёмности. В том автобусе я испытала те же чувства. А треснувшие нервы добила одна фраза самого красивого мальчика в нашем классе «Сколько можно жрать???» Тогда он с самыми популярными девочками громко засмеялся и все стали перешёптываться. Мне так стыдно. Боже! Мне хотелось провалиться под землю от стыда. Щёки покраснели, кинуло в жар. Настроение было испорчено, хотелось очутиться в кровати, вытянуться во всю длину своего пухлого тела, сжать все мышцы на теле, сжать кулаки, сморщить лицо изо всех сил, закричать от бессилия, расслабиться и долго-долго рыдать в подушку. Плакать до тех пор, пока не усну от усталости. Но мне предстоял целый час сидеть среди этих красивых и стройных одноклассниц, с сопровождением сплетен, оценивающих взглядов, в совершенно дискомфортной обстановке. Всю дорогу я думала, что больше жить я так не могу и не хочу. Мне надоела моя слабость перед едой. Из окошка автобуса мелькали золотистые очертания осенних деревьев, что делало мои мысли ещё пес-

симистичнее. Но в тот же час твёрдо решила – я похудею. Начну после нового года. Зимой всегда сложнее начинать новое, особенно перед новогодними обжорствами.

Я очень хорошо помню те новогодние каникулы. Мы с сестрой сидели целыми днями в своей комнате. Из маминой комнаты доносились звуки телевизора и грубый, хоть и тихий голос отчима, сменяющийся маминым – громким, мужеподобным. Соня уговорила меня хотя бы на каникулах смотреть телевизор, не выключаящийся в нашей комнате даже на ночь. 2 недели никакой учёбы. Мы приносили в комнату миски с конфетами и ели их в течение всего дня. Конфета за конфетой, завтрак, обед, ужин, ночная экскурсия в холодильник, и всё это огромными порциями. Но в то же время, мысленно планировала план своего похудения. Думала о самых низкокалорийных продуктах, от которых мой аппетит только рос. Я прекрасно понимала, что через неделю эти все обжорства прекратятся, что означало чистоту совести, но мусор в желудке. От скуки мы решили научиться садиться на шпагат. Так я и провела свои каникулы перед телевизором, на полу, с широко разведёнными ногами и конфетами во рту. На шпагат я всё-таки села, правда потом забросила это занятие, переключив свою энергию и мысли на другие увлечения. К концу каникул мой вес составлял 75 кг, при росте 160 сантиметров. Встав на весы, увидев цифру, я почувствовала воодушевление. Да! Именно это чувство. В мыслях пронеслась фраза: «Наконец-то я могу начать худеть, у меня

столько желания быть красивой и худой!»

С 15 января я провела жирную черту, навсегда закрыв дверь в прошлую жизнь. 15 января я, как и планировала целый месяц, села на диету. Не вдаваясь в подробности, о соотношении белков, жиров и углеводов, я просто считала калории. Ежедневные занятия на велотренажёре, низкокалорийная диета и сумасшедшая мотивация в виде того парня, с которым я уже 2 года не могу просто заговорить, сделали своё дело. За пару недель мне удалось сбросить 5 кг. Я не считала это большим достижением. Этот вес я быстро сбрасывала и набирала в течение предыдущих лет. Разница была лишь в том, что после 5 кг мне надоедала невкусная еда, постоянный спорт, упражнения и я продолжала обычный режим дня. Без обжорств. Без максимализма. Но на этот раз желание быть худой только крепло с каждым потерянным килограммом. Все мои домашние ели жирную еду, которую я же им и готовила. А для себя я изобретала новые рецепты. Без сахара. Без масла. Калорийной одного приёма пищи не должен был превышать 150-200 ккал. У меня была специальная кофейная чашечка, из которой я ела всю еду и напитки. Эта чашечка не должна была наполняться больше, чем на 2/3. Приёмы пищи каждые 2 часа, причём длиться он должен был не менее 20 мину. А самое главное – в комнате, где я ем не должно быть никого постороннего. Я могла есть только одна. Иначе просто не возможно сконцентрировать своё внимание на еде, на том, что я получаю удовольствие от каждого ку-

сочка. Сестра очень сильно обижалась, потому что ей приходилось часто выходить из комнаты по моей просьбе. Мама считала это абсурдом. «Какая разница, кто в комнате»? Вообще у нас в семье на еде завязано очень много традиций. Например, вся семья обязательно должна питаться всем вместе одновременно, в независимости от того, голодны члены семьи или нет. Все ели тогда, когда мама проголодается. Мама не любила есть в одиночестве. Поэтому совместные приёмы пищи были обязательной традицией в нашей семье. Но это совершенно не подходило к моему режиму. Я долго спорила с мамой по этому поводу, но в итоге добилась своего. Процесс принятия пищи занимал у меня много времени, и мне казалось, что я всё время ем. Каждый кусочек во рту я воспринимала как нечто божественно, чтобы получить максимальное удовольствие. Все эти советы я прочитала в интернете. После 5 часов я не ела. Каждый день я занималась на велотренажёре по часу, а также 3 раза в неделю ходила на волейбол. Плюс

дополнительные по 3 предметам и подготовка к ЕГЭ. Кажется, что это нереально. Не знаю, как вам, а мне так уж точно. Как я всё это успевала? Где брала силы? Это странно, но мне безумно нравилось так жить. С каждым днём я становилась красивее, умнее, женственнее. Словарь по вечерам вместо телевизора, капуста вместо мяса, пятёрки вместо троек. Чего ещё можно было пожелать? Через 5 недель такого образа жизни я сбросила уже 10 кг. Люди стали замечать и говорить,

как я хорошо выгляжу. Господи, я была самым счастливым человеком на свете! Это придавало силы идти дальше. Худеть дальше. Мне было безумно интересно узнать сколько же мне в итоге удастся сбросить. Я давно побила свой рекорд и начала соревнования сама с собой. Кто победит? Мой аппетит или сила воли?

Хотелось ли мне сорваться и наесться? Нет! Я готова была умереть, но торт я в себя не засуну. Физиологически мне очень хотелось и вкусного, и жирного, и сладкого. Но эти желания я направляла на своих родных. Я готовила им всякие вкусности, пекла, когда было время. Это помогало, но не очень долго. Сидя на уроках, когда уставала от учёбы, я искала на различных сайтах низкокалорийные рецепты. Это было практически моим хобби. Кроме всего прочего, мне безумно нравилось смотреть на картинки различных блюд. На вредную пищу. Я разглядывала эти фотографии и мозг просто выключался. Это подобно гипнозу. Мне хотелось смотреть дальше и дальше. Я не представляла себя за поеданием этих вкусностей, я просто смотрела и получала эстетическое и моральное удовлетворение. А позже я уже специально находила картинки вкусной еды в интернете и рассматривала их как замороженная. Я находила картинки в кулинарных книгах, отворачивалась от сестры, сидевшей в комнате с наушниками, смотрела на эти картинки и плакала. Да, я понимала, что не смогу физически съесть это блюдо. Я просто не разрешу себе. Я не для этого потратила столько сил, чтобы обратно

превратиться в жирную и закомплексованную девочку. С такими мыслями, в таком режиме через два с половиной месяца я похудела уже на 15 кг. Все одноклассницы спрашивали у меня диету, преподаватели спрашивали о моём здоровье, а мальчики восхищённо смотрели. Это окрыляло. Каждый день перед едой я вставала на весы, поднимая тем самым себе настроение. Постепенно, количество порций уменьшалось, а калорийность не превышала 400-500. Как я тогда не умерла? Я не понимаю! Это же очень мало! Но я продолжала раскладывать дольки яблоки на тарелке, заменяя ими большую часть рациона. Перед тренировками я варила 2 столовых ложки овсянки, добавляя туда ложку кофе и пару таблеток сахар заменителя. Это блюдо я часто себе готовила. Пожалуй, только кофе и сахар из жевательных резинок, которые я жевала круглые сутки, и помогали мне функционировать. А вот жевательным резинкам я бесконечно благодарна. Мне кажется, именно они помогали не срываться. Я жевала эти спасительные подушечки практически целый день, что способствовало постоянному ощущению еды во рту. По крайней мере, мне так казалось. Я всячески пыталась внушить себе, что не хочу есть, что жирная и калорийная еда отвратительна. Смотря на жареное мясо с грибами, плов, суп с заправкой, меня начинало тошнить. У меня совершенно пропал аппетит. Казалось, что мой мозг не способен смириться с самим фактом поглощения жирной пищи. А организм реагировал на запрещённые блюда изжогой и тошно-

той. Только лишь от вида жирной плёнки на супе начиналась самая настоящая изжога. На столько сильным было самовнушением. На столько сильно я поставила запрет на жирное и калорийное. На уровне сознания. Удивительно, но, несмотря на то, что я готовила эту пищу для семьи, мне совершенно не хотелось это кушать. Всё калорийное для меня равнялось яду. Моё восприятие пищи совершенно изменилось. Я обуздала свой неконтролируемый аппетит. Перекроила предыдущие представления о правильном питании. Главное правило, которым я руководствовалась при выборе пищи – чем меньше там калорий, тем лучше для меня. Через 2 месяца я уже весила 55 кг. Для меня, всегда полненькой, вес в 55 килограмм был несбывшейся мечтой. А теперь эта мечта воплотилась в жизнь. Каждый день я была необычайно счастлива. Что бы не происходило дома, в школе, в мире, я всё равно была самой счастливой на планете. Я себя так уважала, так любила. Любила каждый сантиметр своего тела. Любила каждый изгиб. Любила каждую косточку, выпирающую на моём новом теле. Хотелось летать, прыгать от восторга, хотя сил на это уже почти не было. В школе мне посоветовали обратиться к психологу. Все люди в моём окружении думали, что я больна. Каждый, даже мало знакомый мне человек, знавший меня полненькой, обязательно подходил и спрашивал, как же мне всё-таки удалось похудеть. А я, пожимая плечами говорила только одну фразу «перестала жрать». Однокурсницы удивлялись и спрашивали секрет такого преобра-

жения, бабушка пыталась заставить поесть, а мама не обращала особого внимания, только говорила «молодец, я бы так не смогла». А я смогла! Черт возьми, я наконец – то смогла. Я так долго об этом мечтала, пыталась, но срывалась и снова бесконтрольно начинала есть всё, что видела перед собой. Но не сейчас. Я нашла ключик к худому телу, и он находился в голове. Изменив взгляды на приём пищи, я изменила тело. И на 55 килограммах стоило бы уже остановиться. Я нравилась себе, а главное – нравилась окружающим. Но в этот момент я поняла, что не могу остановиться. Я понимала, что мне уже можно съесть одну печеньку и со мной ничего страшного не произойдёт, но не могла. Так было интересно, а что, если похудеть ещё немножечко. Ещё пару килограмм и всё. А что именно это «всё», я не понимала. Похудение стало смыслом моей жизни. Все мои мысли были заняты только поиском новых низкокалорийных рецептов, более эффективных упражнений. Эти мысли заполняли моё время, мысли, мою жизнь и отнимали всю ту энергию, которая раньше тратилась на ненависть к себе. Я питалась строго по часам. Ложилась спать тоже по часам. Ходила на тренировки – тоже по часам. Мысль «я больше не могу» или «я так устала от упражнений и диеты» даже не посещали мою голову. Я бы ненавидела себя только за одни только эти мысли. Поэтому ежедневно я внушала себе желание следовать всем этим правилам. Мне так нравилось это постоянство, стабильное снижение веса, ежедневные расспросы о секрете преображе-

ния, что я не представляла иной жизни. Мысли о печенье или жареном мясе вызывали панику и страх. Я лучше бы попрощалась с золотой медалью, чем поправилась хотя бы на килограмм. Я выработала чёткое представление о том, как хочу жить дальше, хотя и не сильно думала о будущем. Мне нравилась стабильность. Так и хотела жить дальше – спокойно, однообразно, каждый день становясь лучше, умнее, красивее. Ещё через месяц я весила уже 50 кг. Учитывая широкие кости, плечи, запястья, бёдра, широкое квадратное лицо, в сравнении со скелетом моих одноклассниц, мои пропорции были такие же, как и у всех. Но только под одеждой. Я интересовалась не только весом, но и объёмом бёдер, талии, груди. В 50 килограммов мои пропорции были идеальны – 90-63-89. Я запомнила эти цифры на всю жизнь, ибо они являлись первым в моей жизни достижением, которое заметили окружающие, за которое на меня обратили внимание, за которое я себя начала любить все сердцем. По вечерам, лёжа в кровати после душа, я трогала свои косточки, которые выпирали буквально на каждой части тела. Косточки на запястьях, ключицы, за которые, казалось, можно было взяться двумя мальцами и соединит их под косточкой, кости по бокам от пупка, копчик, рёбра, которые можно было пересчитать, только глядя в зеркало, колени, всё моё тело вдруг стало таким плоским, непривычно твёрдым, незаметным. Таким как у всех. И я получала колоссальное удовольствие просто проводя рукой по телу, которое я сама создала. Тело, о ко-

тором я мечтала несколько лет. Тело, которое досталось мне таким трудом, но труд этот был неосознанным. Только через некоторое время я поняла, сколько усилий, моральной энергии я потратила на своё преобразование. Тем не менее, я получала от этого удовольствие. От каждой тренировки, от каждого часа на тренажёре. От самого процесса похудения. Это стало отдельной страничкой, а может и главой в моей жизни, разделивший её на «до и после».

# 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.