

Сойка
СВЕТЛАЯ



170 ДНЕЙ

МУЖЕСТВО - ЭТО ЖИТЬ КАЖДЫЙ ДЕНЬ,
КОГДА БОЛЬШЕ НЕ ХОЧЕШЬ ПРОСЫПАТЬСЯ

Эта книга посвящается моей девочке, моей Соне.
Мы будем помнить ее светлым и добрым Ангелом, который делал нас
самыми счастливыми родителями целых 11 лет.

Моему мужу, Саше, без которого я бы не имела мужества жить.

Этот дневник я начала писать спустя 1,5 месяца после того, как с нами случилась страшное горе. Мы навсегда потеряли своего единственного ребенка. Наша девочка, которой было всего 11 лет, вышла из окна нашей квартиры холодной мартовской ночью 2022 года. Я дала себе полгода - 170 дней, чтобы за этот срок попытаться выжить и не сойти с ума. Я писала каждый день о том, что происходило с нами - о тяжелых моментах печали и горя и о кратких мгновениях радости и надежды. Так я пыталась ответить на вопрос - возможно ли выжить после такого?...

170 дней / Сойка Светлая / октябрь 2022 г.

Содержание

Арифметика.....	7
День 1. Выбор, который нужно уважать	7
День 2. Мои сокровища	8
День 3. Вам письмо	9
День 4. Мамы разные нужны	12
День 5. Маленькими шагами	17
День 6. Две Сони.....	19
День 7. Жить долго и счастливо	20
День 8. Ничтожество	23
День 9. Виновны	30
День 10. Судьба, знаки и уроки души.....	36
День 11. Последний день. Последняя ночь	40
День 12. Воздушные шары	47
День 13. Приходи ко мне во сне.....	49
День 14. 9 мая	53
День 15. Далеко-далеко	53
День 16. Одиночество вдвоём	55
День 17. Топ-чарт 10	56
День 18. Злость как защита.....	65
День 19. Школа.....	71
День 20. Друзья	77
День 21. Рыженький котик	81
День 22. Ты слышишь меня?.....	87
День 23. Под защитой.....	90
День 24. Когда Соня станет морем.....	93
День 25. Страх	95
День 26. Пустота	98
День 27. Что ты видишь?	100
День 28. Хижина	102
День 29. Нет радуги без дождя.....	104
День 30. Волшебный браслет.....	110
День 31. Семь чудес.....	113
День 32. Будь со мной.....	116
День 33. Смелость	122
День 34. Топливо	123
День 35. Темная вода.....	125
День 36. Мирный воин.....	126
День 37. Семья	129
День 38. Только не про*би.....	132
День 39. Розовый Гусь, Жук и Весёлый ёжик	134
День 40. День рождения папы.....	136

День 41. Важный день	137
День 42. Мне больно. Я — живая	139
День 43. Эмпатия	141
День 44. Будь добрее	145
День 45. Мир наполовинку	147
День 46. Зачем жить?	148
День 47. Вопросы и ответы. Книги	150
День 48. Хороший день	157
День 49. Теплый дом	161
День 50. Субатомные частицы в пузырьковой камере	162
День 51. Жить вечно	163
День 52. Моменты	165
День 53. План	166
День 54. Доброта и сила	168
День 55. Такой день	172
День 56. Я сплю	173
День 57. С Добрым утром, папа!	174
День 58. Мой воздух	175
День 59. Выход из лабиринта	175
День 60. Святая Софья	177
День 61. Сама по себе	178
День 62. Мой ангел-хранитель	181
День 63. Тебе пора	183
День 64. Не нормальные	185
День 65. Жертва	186
День 66. Я ждала тебя, мамочка!	188
День 67. Тебе было трудно?	189
День 68. Уснуть. План «Б»	192
День 69. Второй шанс	194
День 70. Осталось 100 дней	196
День 71. Особенные	198
День 72. Она не убийца!	200
День 73. Самим пригодится	203
День 74. Где я сейчас?	205
День 75. В безопасности	208
День 76. Две жизни	209
День 77. Мечты и силы	212
День 78. «888»	214
День 79. Что такое семья?	216
День 80. Испорчено	221
День 81. Но поправимо	223
День 82. Театр	225
День 83. Красивая девочка	227
День 84. Небесная Почта	228

День 85. Все готово.....	230
День 86. Мамина любовь	231
День 87. В дорогу	233
День 88. Покалеченные	234
День 89. Добрый конец	235
День 90. Злость.....	236
День 91. Жалость.....	238
День 92. Прощай... Мое море.....	241
День 93. Никогда не буду.....	244
День 94. Черненький котёнок.....	245
День 95. Помощь и варианты	246
День 96. Alma Mater	249
День 97. Командировка.....	254
День 98. Останется после	255
День 99. Счастливый мир.....	256
День 100. Осталось 70 дней.....	258
День 101. Предел прочности.....	259
День 102. О дивный новый мир.....	263
День 103. Memento Mori	264
День 104. Заслужила?.....	266
День 105. Черно-белое.....	267
День 106. Без тебя.....	268
День 107. Друг?.....	269
День 108. И не враг, а так	270
День 109. Свидание с морем.....	271
День 110. Обрывки.....	272
День 111. Альбомы.....	273
День 112. Скоро встретимся.....	274
День 113. Горы	275
День 114. Софья на вершине	276
День 115. Магическая лавка.....	278
День 116. Дождь	285
День 117. Доброта, интуиция и предназначение.....	287
День 118. Вселенная—25.....	291
День 119. Люди и мыши.....	296
День 120. Мир по книгам	298
День 121. Классическая антиутопия.....	304
День 122. Запрет на злость и пустые надежды.....	308
День 123. Пора домой и немножко магии	314
День 124. Искатели и Хранители	317
День 125. Потеряла, и снова нашла.....	320
День 126. Монстры и добро.....	322
День 127. Халк и Чёрная Вдова	326
День 128. Необычная Молитва	331

День 129. Уроки рисунка.....	333
День 130. Второе число	335
День 131. Полгода. Мой прекрасный ангел.....	341
День 132. Бег по кругу	344
День 133. Ты счастлив?.....	348
День 134. Услышать голос	350
День 135. Осмысление добродетели	352
День 136. Осознавать себя	354
День 137. Рецепты для Души	357
День 138. Неразрушимая капля.....	361
День 139. Мне страшно.....	363
День 140. Чувство вины и перфекционизм	366
День 141. Останется только любовь	370
День 142. Чего я хочу?.....	371
День 143. Моя молитва и Благодарность.....	374
День 144. Родители.....	375
День 145. Страна Советов	377
День 146. Одиночество или свобода?.....	384
День 147. Судьба и свободная воля	386
День 148. Правда или злость?.....	389
День 149. Она открывает окно	397
День 150. Катманду.....	398
День 151. Дьявол.....	399
День 152. Война.....	401
День 153. Уныние.....	403
День 154. День и ночь.....	404
День 155. Картонная жизнь и калейдоскоп	405
День 156. Нет выбора	407
День 157. 15 минут	407
День 158. Не человек и не горошек	408
День 159. Соня и ёжик	410
День 160. Боль	411
День 161. Рубеж	414
День 162. 2,4 секунды	415
День 163. Дети хороших мам.....	415
День 164. Искушение.....	416
День 165. Мой максимум.....	418
День 166. В чем смысл?.....	421
День 167. Жизнь вечная.....	423
День 168. Мёртвый цветок.....	424
День 169. Что остаётся.....	425
День 170. С Днём Рождения, Соня.....	428
Эплог. Прожитая жизнь и начало пути	430

25 апреля 2022

Арифметика

Сегодня 25 апреля. Прошло 54 дня с той ночи. Полтора месяца страшного сна, от которого мы никак не можем проснуться.

Несколько дней назад я побывала первый раз в жизни у психолога. Клинического психолога. Я не очень хорошо помню подробности нашей встречи. Мы много плакали. Я и Саша, мой муж.

И после этой встречи я поняла, что если не сделать что-то сейчас, то завтра может просто не быть. И я решила, что буду вести дневник. Дневник, сроком на 170 дней моей жизни.

К концу этого срока, я либо найду свой путь или, возможно, решу начать новую жизнь, либо позволю себе уйти.

Я позволю себе уйти, как это сделала моя маленькая девочка.

Я часто представляю, как ее душа выпорхнула из окна нашей квартиры на 11 этаже. Как маленькая птичка. Ее тело упало вниз, на лёд и осталось лежать там. Такое же прекрасное, как и всегда, когда она спала. Наш маленький сонный ангел. Наша Соня. Наверное, ее душа была уже очень далеко от этого места.

Она делала нас счастливыми 4 444 дня — 11 лет, 4 месяца, 2 дня и 1 час и 45 минут.

12 октября, ровно через 170 дней, ей бы исполнилось 12 лет.

У меня есть 170 дней, чтобы понять, зачем это произошло, и стоит ли теперь продолжать этот пустой путь без неё.

26 апреля 2022

День 1. Выбор, который нужно уважать

Первый раз мы с Сашей, отцом Сони, побывали у клинического психолога буквально несколько дней назад. Этого приема мы ждали очень долго, запись у специалиста была на недели вперёд.

Это оказалась очень спокойная и очень молодая высокая девушка-брюнетка. Она говорила так тихо, что мне приходилось наклоняться, чтобы услышать ее. В основном она молчала и слушала. Среди немногих слов, что она сказала, была такая фраза: «Это был ее выбор. И вы должны будете принять и уважать этот ее выбор.»

Я никогда не думала о том, что то, что с нами произошло можно расценить как «выбор». Выбор? Это был выбор?.. Я была так обескуражена этим, что неконтролируемо из меня просто выпал вопрос: «Отчего же я не могу сделать такой же выбор?..» Психолог чуть смутилась, но нашлась с ответом: «Она была ещё ребёнком, и ее психика ещё не была сформирована.»

И потом я много раз пыталась подступиться к этой новой для меня мысли. Выбор... ее детская, не сформированная психика сделала свой выбор. Который я должна буду принять и даже, уважать... Смогу ли я принять этот страшный выбор души моей доброй, веселой, нежной и ласковой девочки? Смогу ли уважать его?

Может быть, у меня это получится, если я смогу прочувствовать то, что чувствовала она? Что будет, если испытывать те же эмоции достаточно долго — страх, боль, отчуждение, одиночество? И главное, огромное, давящее каменной плитой, чувство вины и злости на саму себя за то, что как бы она не старалась, она никогда не сможет стать «такой как надо». Может быть, если я пройду по этому трудному пути достаточно долго, я пойму ее выбор, и приму его?

Последние полгода ее жизни были, наверное, особенно сложные. Новые ребята в школе, друзья, которые отвернулись, а лучшая подруга была вынуждена переехать, так как ее мама умерла от рака. Новые строгие учителя, которые ставили по двойке каждый день, ранние месячные. И конечно, нервные срывы мамы-перфекционистки... И вот так, с сентября по март, 6 месяцев, она жила в этом стрессе. И Бог знает, что ещё творилось в ее душе, она не хотела ни о чем рассказывать, предпочитая проводить время в телефоне...

Теперь моя очередь. В ее день рождения, в октябре, будет как раз 6 месяцев — 170 дней. Время, которое я дала самой себе, чтобы понять и принять ее выбор.

27 апреля 2022

День 2. Мои сокровища

Дня три назад я достала Сонины расчески. Я никак не решалась их просто очистить от волос. Я просто не могла...

У меня сохранены все ее молочные зубки (я притворялась Зубной феей до последнего, подменяя выпавший зубик подарком). У меня есть ее бирочка из роддома и даже экспресс-тест на беременность с единственными двумя полосками за всю мою жизнь... Поэтому, я просто не могла выбросить и ее волоски.

Я собрала их все пинцетом, выпрямила утюжком и скрепила в одну небольшую рыженькую порядочку. А Саша принёс по моей просьбе милый футлярчик, в который мы эту порядочку положили. И теперь футляр с «волосами цвета мёда», так мы объясняли Соне сложный цвет ее волос, лежит на прикроватном столике, по соседству с живой медовой розой, которую Саша приносит снова, как только предыдущая завянет.

Я выбрала несколько самых любимых фотографий Сони, а Саша их распечатал в фотосалоне. Как раз пришёл заказ с прекрасными душевными открытками от чудесной художницы Елены Баренбаум. На ее рисунках живет милая рыженькая девочка. И когда я ее увидела, я сразу эти открытки заказала, ведь она так похожа на Сою. И теперь мы с Сашей прикрепили эти фото и открытки к пробковому панно. И получился уютный уголок памяти. Я каждый вечер перед сном разговариваю с Соней. На прикроватном столике стоит розочка, ночник, Сонин дневник из детства и ее письма Деду Морозу, футлярчик с прядкой ее волос, и ее очки, новый календарик, где я буду отмечать каждый из своих 170 намеченных дней и вот теперь ещё панно с ее фотографиями и открытками.

Девочка с волосами цвета мёда, которая пахла как медовая Роза...

28 апреля 2022

День 3. Вам письмо

Месяц назад мне сделали операцию на колене. Сейчас я хожу с костылями. Ещё в октябре я пошла на свою первую, и вероятно, последнюю, тренировку по карате. Соня занималась карате, и я решила тоже попробовать, чтобы «быть в теме». И сразу же, на первой же своей тренировке, я порвала две связки и повредила мениск.

Месяц хромала, думала, само заживет, но потом все же сделала МРТ. Врач посмотрел снимок, и сразу направил на операцию. Но я все не решалась. Ведь тогда я бы выпала из «спортивного режима». Да и вообще, стала бы, хоть и на время, немощной обузой. И вот, за неделю до того мартовского ужасного дня, когда Соня ушла, Саша настоял на том, чтобы мы сходили и подали заявку на получение квоты на операцию. Ответ пришёл как раз через неделю. Когда уже было плевать на свое здоровье. Но Саша настоял, чтобы я согласилась на операцию.

Я надеялась тогда, что мне будут проводить общий наркоз. Я где-то читала о том, что у некоторых людей во время наркоза останавливается сердце и случается кли-

ническая смерть. И некоторым везёт пережить Околсмертный Опыт во время клинической смерти. Я очень надеялась испытать этот опыт и, возможно, так мне удастся увидеть Соню? Ну или хотя бы умереть. Чтобы встретить ее там, дома.

В день, когда нужно было ехать в больницу я торопилась, потому что не успевала. Собирала вещи — вот зубная щетка... вот зубная паста... Так, стоп... Эту пасту я заберу. А чем будет чистить зубы Саша? Одной рукой сушу голову феном, второй рукой лезу в шкафчик за новой упаковкой зубной пасты. Открываю упаковку, все так же одной рукой, достаю новую пасту. Продолжаю сушить голову. Коробку из-под пасты выкину позже. И тут случайно я вижу на краешке коробки еле заметную надпись «Вам письмо!»

«Хмм... так инструкцию к зубной пасте ещё никто не называл», — думаю я про себя. Коробка лежит на краю раковины, какое-то время я не думаю об этом, но потом рука сама тянется к ней... Достаю эту бумажку. Нет, это не инструкция... Это правда письмо!

Начинаю читать. Сначала мне кажется, что это какая-то совместная с производителем зубной пасты благотворительная акция. «Не буду читать... Ну кому я сейчас могу помочь?... Я и себе-то помочь не могу...» Снова на мгновение откладываю эту небольшую бумажку в сторону. «Нет, я прочту! Вдруг я смогу кому-то помочь, кому ещё МОЖНО помочь»

Читаю дальше. А дальше я стояла, сушила голову, читала это письмо и плакала... Потому, что это письмо было действительно для меня... Для всех нас... Его стоит полностью перепечатать, чтобы понять это:

«Письмо N 179.

Солнечное прохладное утро я встречаю списком планов. Чай остывает в кружке, пока я думаю, как успеть и одно и другое. И ничего не произошло, но какой-то холод начинает разливаться по спине. А потом приходит сообщение на телефон. И солнечный день сразу уходит на задний план, лишается всех своих красок. Это потеря и горе одновременно. Минуту назад я был самым счастливым человеком, полным энергии и желаний. А теперь изо всех сил пытаюсь повернуть время обратно. И протестую всем сердцем против того, что случилось.

Раньше я многие вещи делал неверно. Да и сейчас продолжаю делать. Но кое-что я начал принимать. Вместо того, чтобы пытаться как можно быстрее убежать от огорчения и горя, прийти из не нормы в норму, нужно дать этому состоянию быть. Признать его. Отнестись с уважением. Потому что так тоже бывает, нельзя ждать только хороших новостей. И это и есть жизнь. Раз нам повезло родиться, нужно принять неотвратимость того, что когда-то придётся уйти. Мы сопротивляемся изо всех сил этому. И поэтому напоминание о горе будет возвращаться снова и

снова, пока не удастся признать его и прожить вдумчиво и не спеша. Четыре года назад, столкнувшись с самой большой потерей в своей жизни, мне нужно было одновременно делать много вещей. Заботиться о близких, успевать работать, быть в контакте и защищать старших детей от свалившегося горя. И я принял решение: ничего не чувствовать в тот момент. Собрать волю и силы, чтобы справиться. А эмоции и слёзы упаковать где-то внутри себя в такую прочную коробочку и не открывать ее. Потому что нужно было быть сильным, давать опору, бороться за жизнь. Наверное, мне это удалось. Сохранить привычный порядок вещей, как будто ничего не происходит. Сжатыми пальцами, выгоревшими чувствами, рациональностью и дисциплиной. Закрыться было относительно легко. Теперь понятно, где искать ключ, чтобы открыться.

Нам с детства твердили, что нужно быть сильным и стойким, особенно, если ты мужчина. Уметь принимать удары, держать себя в руках. Быть в хорошем настроении и не грустить. И вообще, если что-то происходило непоправимое, взрослые делали вид что ничего не случилось. Все в порядке. Давайте не будем этого касаться и вспоминать. Такое ощущение, что мы сами себе стесняемся признаться, что сила — есть только как обратная сторона слабости. Как сахару стать сладким помогает соль, так и несчастье помогает счастью наполниться радостью. Но я жил в той модели долго. Чтобы справиться с чем-то, нужно просто сильнее напрячься и держать удар. А потом быстро переключиться на хорошее, и как можно скорее выходить из зоны турбулентности. И только сейчас понимаю, что нет смысла бежать. Печаль будет следовать за тобой, как привязанная. Нужно обернуться и посмотреть ей в глаза. И лучше один раз принять реальность, чем всю жизнь прятаться.

Поэтому сегодня я разрешаю себе чувствовать все. Слезу, которая катится по нижнему веку. Последнюю встречу перед потерей, ценность которой понимаю только сейчас. Желание и готовность с кем-то об этом поговорить, не сворачиваясь в клубок как ёж. И поблагодарить жизнь за то, что свела меня с этим удивительным человеком. Ком застрял в горле. Мне нужно идти, меня ждут. Но самое главное для меня сегодня — произнести все буквы этого предложения. Медленно и отчетливо, признавая и чувствуя все. Мне больно. Значит я живой. Чувствую, помню, благодарю. И у меня достаточно сил, чтобы быть сегодня слабым.»

Кстати, мои ожидания не оправдались.

Общего наркоза не было. Была спинальная анестезия и легкое успокоительное. Никакой остановки сердца, никакой клинической смерти, и никакой долгожданной встречи... Я бы очень расстроилась этому, если бы не это письмо. Эта зубная паста лежала и ждала, когда ее откроют больше месяца. Мы всегда покупаем несколько штук с запасом...

Сегодня Саша купил новую пасту, и я снова открыла коробочку в надежде найти там новое послание. И я его нашла:) И в этот раз я с любопытным ожиданием раскрыла его и внимательно прочитала. И мне снова есть и над чем подумать:)

29 апреля 2022

День 4. Мама разные нужны

Моя мама сейчас очень поддерживает меня.

Мы переписываемся, а когда много чего хочется сказать, то подолгу разговариваем по телефону.

Такие близкие и тесные отношения с мамой — новое для меня. До этой трагедии мы почти не общались. У меня было много обид на неё. У нас не получалось наладить отношения, выяснить что-то в задушевных разговорах, потому что мама и я — мы обе очень вспыльчивы. Мама не терпит критику. И при малейшем намеке на нее, мама тут же взрывается. Но сейчас все иначе... Мы учимся говорить. И слушать. И прощать.

Вчера я сказала своей маме, что она была плохой матерью. Вот так прямо и сказала - «Ты была плохой матерью»...

Удивительно, как много всего мы выносим из детства, и потом тащим это тяжелым мешком через всю жизнь. Сначала я призналась психологу, а потом вот и маме, что до какого-то возраста думала, что я приемная. Мне, наверное, было лет 6-7. И вот такие мысли блуждали в моей голове: «Раз они не любят своего ребёнка, значит он чужой? Приёмный? Наверное, так и есть...» Потом я стала сомневаться в этом — зачем же им этот приёмный ребёнок, ведь он им не нужен? Так я в итоге приняла тот факт, что моя мама действительно меня родила. Просто я не очень любимый, и как будто не очень нужный ребёнок. Совсем раннее детство всплывает в памяти тяжелыми, горькими воспоминаниями обиды и страха.

Я не любила бывать в детском саду. То ли мы переезжали часто, то ли по другим причинам, но я часто меняла детские сады. И, почему-то, попадала в группы, где дети были старше.

Это были уже сформировавшиеся детские коллективы со своими лидерами, зависимыми подчиненными, как сейчас бы сказали, «шестерками», и отверженными. Если хотел «жить спокойно», то необходимо было выполнять приказы вожака, как сейчас помню, дочери главной воспитательницы, избалованной и подлой девочки, такой же как ее мать. Мама этой девочки могла раздеть ребенка догола и поста-

вить перед всей группой, в наказание за непослушание. Дети смеялись, показывая пальцем на этого бедолагу. Со временем некоторые дети начали страдать психосоматическими недугами, у кого-то проявился вдруг энурез или экзема, помню один мальчик начал заикаться.

Но вместо того, чтобы помочь ребенку, обсудив с его родителями проблему, и предложив помощь врачей или детских психологов, эта воспитательница, увидев мокрое пятно, могла выволочь ребенка из кровати и заставить его стирать намоченную простынь, при этом оскорбляя его перед всей группой. И она и ее дочь, кажется получали явное удовольствие от унижения тех, кто слабее. Настоящая детская «дедовщина». Откажешься делать то, что приказывают, станешь центром насмешек и унижений — пятилетняя садистка шла к своей матери и жаловалась на этого ребенка, рассказывала о нем откровенную неправду. Мать безоговорочно верила своей дочери. И тогда этого ребенка ждало очередное унижительное наказание. Так постепенно эти двое ломали волю и характер маленьких людей еще в возрасте 4-5 лет. Помню, первое разочарование, когда единственная девочка в саду, тихая и податливая, с которой я хоть немного общалась, в итоге тоже отвернулась от меня под этим давлением.

Когда я стала постарше, меня перевели в другой детский сад. Там было намного лучше. Там были очень хорошие воспитатели. Они явно любили детей и мне нравилось проводить с ними время. Я была очень самостоятельным ребенком: сама просыпалась, сама собиралась, и сама шла в детский сад. Но вот заплетаться толком я еще не умела. И я хорошо помню одну девушку-воспитателя, которая каждый день заплетала мне красивые косы. Такие нежные, добрые руки, такая хорошая энергия.

В следующем детском саду я помню была одна девочка. Очень странная девочка. Помню, как она заставляла меня раздеваться в туалете. Но и об этом я не могла рассказать родителям. Потому что знала, что они все равно не поверят и вместо поддержки я получу осуждение.

Детство запомнилось мне каким-то почти животным, неосознанным страхом за свою жизнь. Несколько раз я, к сожалению, встречала больных психически мужчин, которые, так сказать... испытывали не здоровое влечение к маленьким детям. Один из таких случаев произошёл, когда мне было лет 6. И это происходило в метре от моих родителей. Меня посадил к себе на колени старый извращенец, накрыл одеялом, а под этим одеялом, на глазах у родителей, в этот же момент разговаривая с ними, делал то, что хотел. И я так боялась родителям что-то сказать. Помню, я как будто окаменела. Было очень больно и страшно. Но я молчала.

А потом, вспоминая этот кошмар, мне иногда казалось, что они все видели и даже понимали, что происходит, просто, как всегда, их больше волновало «А что о нас подумают?!» Я рассказала об этом случае спустя 20 лет. Но родители мне не поверили...

В нашей семье никогда никто никого не обнимал, никогда не говорили слов «я люблю тебя». Мама часто кричала на меня, и даже могла ударить. При том, что я была отличница. До сих пор помню этот безумный взгляд и перекошенное от злости и ненависти лицо моей мамы, когда она бросалась, чтобы ударить меня. Почти всегда на помощь мне успевал папа, держал ее, а я видела эту злость в ее глазах...

Характер у меня был сложный. Упрямый, да. Наверное, маме было не легко со мной. Возможно, она боялась за меня, поэтому, когда я стала старше, мама тайком читала мои личные дневники. Нельзя было ходить в гости. И приглашать в гости друзей тоже было нельзя. Гулять? - Только когда сделаны все уроки и выполнены все домашние обязанности. Чтобы погулять раз в неделю на выходных, нужно было трудиться всю неделю.

Когда отменили школьную форму, стало сложнее, потому что носить было нечего. Несколько лет подряд я ходила в одном и том же. Рукава блузки уже стали так коротки, и чтобы этого не было видно, я надевала сверху старый джемпер. А потом научилась шить, сшила себе юбку и носила ее с папиным свитером. И так весь учебный год я ходила в том, что сшила сама или нашла в старом шкафу. На день рождения мне обычно дарили ботинки. Так как день рождения мой в конце осени, то раз в год мне покупали осенние или зимние ботинки, совмещая приятное с полезным — вот и подарок на День рождения. Праздников на День рождения мне не устраивали. Торт, свечи, шарик, подарки... — ничего этого не было. Когда я была еще маленькой, то в день моего рождения обычно устраивали застолье для взрослых. Они выпивали, ели, это был просто повод для них собраться и отметить.

Вспоминая свои школьные будни, всплывает в памяти, что это был постоянный стресс. Ожидание пятерок в дневнике и осуждающий взгляд, если там больше четверок. А уж о тройках и речи быть не могло.

Не дай бог, я заболею! Мама лечила меня самыми жесткими и болезненными методами — то ноги в кипятке заставит засунуть, то дышать над кастрюлей с горячей жижой, то горло намажет жутким люголем — смесь йода и спирта. Да так, что после этого действительно начинает болеть горло и становится невозможно глотать. Мне даже иногда казалось, что она испытывает удовольствие от этого «лечения». Ну а пока нет температуры 37.6, в школу! Плохо себя чувствуешь? Температура не большая, значит иди! Поэтому иногда я шла в школьный медпункт и там

добрая сестра измеряла мне температуру и разрешала уйти с уроков. Домой я не шла, сидела в Школьной библиотеке, пока не кончатся уроки.

Но во всем этом было хорошее! Да, ходить куда было нельзя. Кроме библиотеки! Это было мое спасение! Я ходила в городскую библиотеку почти каждый день. Так я полюбила читать! И когда я читала дома, меня никто не дергал. И чтение стало моим миром. Я полюбила Бунина и Тургенева, Толстого, Достоевского, Набокова, Гранина, Лермонтова и Чехова.

А ночью в тайне я слушала радио! Моя любимая радиостанция была Maximum. И я слушала русский и зарубежный рок пока не засыпала. Radiohead, Snow Patrol, Placebo, Coldplay, Moby, REM, Rolling Stones, U2, Duran Duran.. Мумий Тролль, Земфира, Смысловые галлюцинации, Би-2, Чичерина, Ночные снайперы.

Книги и музыка. Это то, что не давало погружаться в глубокую депрессию и давало надежду, что однажды я смогу убежать, забыть это тяжелое время сверхконтроля, недоверия, критики. А пока нужно было жить в этом, «нужно пережить это, перетерпеть».

Мы никогда ни о чем не разговаривали с мамой. Она много и часто была не довольна. Она могла не разговаривать со мной несколько дней, так «наказывая» меня. Когда они ссорились с папой, то я была «почтальоном». Это когда родители после ссоры расходятся по разным комнатам. И когда одному из них приспичит что-то, то он, а чаще она, подзывает тебя и говорит: «Иди, скажи этому, что...» Ты идёшь к папе, передаёшь послание, он в свою очередь тоже что-то передаёт: «Ах так, ну тогда передай этой...» и вот так и ходишь с посланиями туда-сюда.

Просить о чем-то, спрашивать разрешения о чем-либо было бесполезно. Ответ всегда был один: «НЕТ!» — «Почему нет?» — «Потому, что я так сказала!» Вот и вся дискуссия...

Все эти детские обиды и страхи я и вывалила маме... Так долго я держала это все в себе. Оказывается, эта детская боль никуда не ушла... Заодно сказала, что из-за всего этого, я с детства боялась иметь семью и не хотела детей. Потому что мне казалось, что женщины, которых я видела, как будто родили этих детей для галочки. Чтобы никто ничего не подумал, не сказал. Чтобы все как у людей. А кто этот маленький человечек и что у него в душе, в сердце? Плевать! Разговаривать с ним? Зачем? Кормлю, одеваю и пусть спасибо скажет! Мужей своих эти женщины тоже не любили, впрочем, это было взаимно.

В итоге я видела глубоко несчастных людей, которые по непонятным, чаще всего и для себя самих причинам, зачем-то женятся и рожают детей... И все эти несчаст-

ные люди ссорятся, страдают, ненавидят друг друга, обвиняя: «Всю жизнь ты мне сломал!» и потом по 5-6 раз на аборт бегают... Это и есть семейное счастье?..

Ещё вспомнила прочитанную мной много лет назад книгу Некрасова «Материнская любовь» о том, что матери своей «любовью» калечат душу своего ребёнка, убивают в нем личность. Они требуют, контролируют, критикуют, манипулируют, ожидают. И при все этом живут в полной уверенности, что это вот такая «сильная любовь».

Мама грустно на это сказала: «А я ведь тоже не особо любовью одаряла мужа, и да, не готова была к осознанному материнству». На это я ей ответила, что знаю об этом... Ведь я в этом жила много лет.

По привычке, мама попыталась спихнуть все на своего строгого отца, моего дедушку. Якобы из-за его трудного характера она стала такая жёсткая, критикующая, бескомпромиссная, грубая.

Тогда я спросила ее:

— Так поэтому ты стала такой мамой? Из-за своего отца?

— Ну да...

— Я вот тоже из-за своей мамы, то есть, из-за тебя, стала делать многие вещи: говорила дочке что люблю ее по 100 раз на дню, обнимала ещё так часто, как могла. Доверяла ей полностью, не лезла никогда в ее телефон (до той ужасной ночи), разговаривала с ней часами, отвечала на все ее вопросы (даже на очень неудобные), разрешала гулять сколько и когда хочет. Приглашала ее друзей к нам домой, покупала ей подарки, готовила красивые праздники, старалась делать сюрпризы, занималась с ней рисунком, выбирала кружки по ее желанию и поощряла ее успехи. Помня ужасы государственных детсадов, все детство Соня проводила в частных детских садах. И я без колебаний забирала ее, если мне не нравился воспитатель или Соне было не комфортно среди детей в группе. Очень уж хорошо я помнила, как это больно и страшно — быть совсем одному, когда тебя некому защитить, некому помочь. Мы с Сашей устраивали ей каждый год дни рождения с шарами, подарками, праздниками для друзей. Если Соня говорила, что чувствует себя не важно, я всегда верила ей, не хотела, чтобы она шла в садик или в школу при малейшем недомогании и оставляла ее дома. Извинялась всегда, когда срывалась или была не права. Старалась договариваться с ней, выслушивая ее желания и часто соглашалась с ее доводами. Не дулась на неё сутками.

И все это именно из-за того, что у меня была вот такая Мама... Больше всего на свете я не хотела быть как моя мама.

Но и этого всего оказалось недостаточно! И все равно я напортичила... Потому что как бы я не пыталась, моя натура Сталина периодически проявлялась: «Рас-

стрелять!» я очень критична и требовательна к себе. Но и к близким тоже. И пока я с этим справляюсь не очень успешно...

Моя мама на это грустно сказала: «Да... а я вот ничего этого не делала... Растёт и растёт себе там ребёнок, главное, чтобы учился хорошо...»

Тогда я не сдержалась:

«На месте Сони должна была быть я много лет назад! Это было невыносимо! Это я хотела умереть, лишь бы только не жить... вот так... Только сил и смелости не хватало... И до сих пор я не чувствую, что достойна любви и не верю, что могу любить сама. Почему так?!»

Я вспомнила, как однажды порезала себе вены. Вспомнила, как пыталась уйти из дома. Настолько невыносимой мне казалась жизнь рядом со своей мамой. В итоге я смогла «сбежать» из своей домашней тюрьмы. Но я так и не смогла стать нормальным, уверенным в себе, счастливым, добрым человеком. Не могла стать хорошей женой. Не смогла стать хорошей матерью. Неужели моей бедной девочке было так же плохо рядом со мной? Даже намного хуже, раз она все же сделала это?...

Соня смогла «сбежать» по-своему...

Надеюсь там, где она сейчас, тепло, светло и очень радостно. А главное, там одна любовь повсюду. Ее душа заслуживает этого — быть счастливой, радостной и любимой.

Я сказала так много. И все эти слова были полны такой детской обиды и горечи. Мама выслушала меня. Не стала возмущенно оправдываться, постепенно переходя в нападение, как это бывало раньше. Она не бросила трубку, не назвала меня «неблагодарной эгоисткой». Хотя все эти слова можно расценить как неблагодарный эгоизм...

Только Богу известно, как ей было тяжело со мной. И что происходило в ее душе, в ее сознании, пока она много лет пыталась сдерживать мою злую, упертую натуру, только ей одной известно...

В конце нашего разговора, Мама сказала: «Я очень тебя люблю и крепко обнимаю!» Это было странно и так необычно услышать от нее эти слова...

30 апреля 2022

День 5. Маленькими шагами

Сегодня мы были на второй встрече с психологом. Психолога зовут Анна.

Очень была хорошая встреча. Мы про столько всего успели поговорить!

Анна не берет денег за свою помощь. Она работает раз в неделю в социальном центре помощи. И там не принято проводить частные приемы. Но сразу после первой же нашей встречи, узнав об этом, мне стало неловко. Анна помогает нам. И мы можем, а главное, хотим ей помочь. Но чем же я могу ей помочь? Такая разбитая, хромая и печальная? Но я вдруг вспомнила, что все же могу предложить Анне то, что ей может помочь в ее работе. Это так здорово, я очень рада, что угадала! И ей очень понравились визитки, которые я сделала для неё! К следующей нашей встрече мы с Сашей уже привезём ей напечатанные 100 штук визиток. Анна рассказала, что уже 4 года пытается сделать персональные визитки, но все не то и не так. А тут она увидела один из вариантов и сразу сказала: «Вот! Вот эта!» Нам понравился один и тот же вариант. Я всегда очень рада, когда нам с клиентом нравится один и тот же вариант. Это значит, что я хорошо поняла этого человека, его вкусы, его характер, его образ себя. Тоже, наверное, в каком-то смысле, психология... И я поняла, что она очень довольна. Раз она не берет денег за приём, я рада, что хоть как-то могу ее отблагодарить.

Сегодня Анна рассказала нам о том, что ещё один ребёнок 11-ти лет выпрыгнул из окна три дня назад... И эта девочка тоже состояла в подобной социальной группе. Анна попросила меня найти ссылку на эту группу. Видимо, эта информация пригодится психологам, и соцработникам из центра, в котором работает Анна. Как же это страшно, как страшно...почему эти невинные и наивные человечки идут в эту темноту, даже не оглядываясь?..

А ещё Анна предложила мне приходиться к ней чаще и без Саши. Я засомневалась, ведь я ничего от Саши не скрываю, и я могу про все говорить при нем. Но она подметила кое-какие мои внутренние сложности, над которыми нужно работать глубже и индивидуально.

Ну хорошо... К тому же, Саша очень стал настаивать, чтобы я согласилась на эту помощь. Ведь речь шла о том, что во мне, как сказала Анна, очень большое чувство вины. А оно, в свою очередь вызвано тем, что я не даю себе право на ошибку. Мне кажется, что я должна быть идеальной. Но я никогда не стану такой. И поэтому моему чувству вины не будет конца, ведь я так ошиблась, и теперь это не исправить. Но что бы я ни делала, как бы не пыталась дотянуться до поставленной планки, согласно моим представлениям о мире, я все равно никогда не буду достойна любви и уважения. Меня не за что любить. И сама я любить не умею. Все так. Но возможно ли изменить это представление? Ведь эта жизненная философия складывалась у меня годами, даже десятилетиями, подкрепленная личным опытом.

Анна сказала, что нужно будет исследовать мое детство и мои взаимоотношения с матерью. Я скептически отнеслась к этому. Не хочу жаловаться на свою маму постороннему человеку, хоть и психологу. Еще вчера я впервые высказала маме по телефону свои обиды с такой силой, даже со злостью, что мне до сих пор немного стыдно за себя. Но Анна объяснила, что этот процесс не нужно считать пустыми жалобами. Это будет работа над собой, которая должна ослабить комплекс «удачника» (к чему я стремлюсь) и «неудачника» (кем себя считаю) во мне. Это поможет мне стать более терпимой, спокойной, и не делить мир на чёрное и белое. Ух ты, неужели это возможно? Сашу эта возможность точно очень обрадовала!

P.S. Вернувшись от психолога я не села работать как планировала, а просто отдохнула, выбрала Сонины фото для нашего уголка памяти, потом даже позанималась на фортепиано. А потом я решилась, и первый раз за месяц сделала несколько маленьких шагов без костылей. Так радостно просто ходить!

Физические раны затягиваются. Организм такой умный и сильный, он восстанавливается со временем. Может ли излечиться душа от такой боли?

Когда я делаю эти неуверенные, но самостоятельные шаги, я чувствую, что у меня есть надежда. Нужно время, терпение и... смысл, чтобы было желание продолжать.

1 мая 2022

День 6. Две Сони

1 мая, день труда. Выходной.

Пью кофе и смотрю на Сонины фотографии, обнимаю Соню-единорожку. У Сони всегда была любимая игрушка, с которой она засыпала в обнимку. Сначала Саша подарил совсем еще маленькой Соне, ей было всего пару месяцев, милого ушастого зайку. Зайка просто лежал рядом с ней в ее кроватке. Ей нравился этот зайка и она всегда хватала маленькой ручкой за его белый хвостик, так и держала его, пока спала.

Потом, когда Соня стала постарше, подарили ей мишку Басю. Мишка через пару лет истерся, пришлось даже несколько раз его зашивать. Из мишки буквально начал «сыпаться песок». Его наполнитель, который используется в игрушках-антистресс, стал потихоньку покидать его тельце, и он «худел» на глазах.

А пару лет назад мы с Сашей случайно увидели эту розовую игрушку в магазине, и Саша купил ее. Привезли эту мяконецкую единорожку Соне. Она была очень рада!

У меня есть привычка давать имена неодушевленным предметам, которые «живут» у нас дома. Даже наше авто имеет имя. И даже техника в доме. Мы с Соней даже скрепковывдергиватель назвали Валерой!)

И вот мы спрашиваем Соню, как она назовёт своего нового «питомца»? Она подумала и сказала: «Соня». — «Как, тоже Соня?» — «Да.»

Так у нас стало 2 Сони — Соня — хороший маленький человек, и Соня — розовая единорожка. Она спала с ней в обнимку, не выпуская ночью из рук. В каждую поездку она брала с собой эту Соню. Соня была всегда с ней.

И теперь Соня-единорожка спит со мной, и я так же обнимаю ее всю ночь, как это делала Соня-хороший маленький человек. Соня-единорожка ездил с нами сразу после произошедшего в санаторий, в который нас отправили друзья, и мы жили там 4 дня. Она ездил с нами к моим родителям в Краснодарский край, чтобы поддержать их сразу после случившегося. Она уже давно нуждается в мыльной ванне, но я никак не могу ее «искупать»... Ведь ее обнимала моя Соня 2 месяца назад..

Мне стало казаться, что Соне-единорожке нужен друг или даже Мама. И я заказала в интернет-магазине такую же игрушку, но побольше. Теперь большая единорожка обнимает маленькую Соню днём. А я пока не могу перестать обнимать ее ночью...

2 мая 2022

День 7. Жить долго и счастливо

Каждое утро я смотрю в то самое окно на кухне, из которого, как птичка, вылетела душа моей Сони. Сегодня ночью, в 1:45 будет ровно 2 месяца, как ее душа вернулась домой.

Каждый день, я смотрю в это окно на небо. Радуюсь, когда вижу лазурно-голубое небо и солнце, и красивые облака, все стараюсь разглядеть в них что-то. Опускаю вниз глаза... И вижу стройку детского садика, которая длится вот уже 12-ый год. Рядом стоит новая школа, которую тоже давно не могут закончить. Но недостроенный садик всегда выглядел очень тоскливо, безысходно. Здание стояло недостроенным несколько лет, и только последние полгода за него взялись и, видимо, решили все-таки достроить.

Мы с Соней часто смотрели в это окно, и я говорила ей: «Буся, смотри, какие они молодцы! Они трудятся!»

В любую погоду, с утра до позднего вечера. В выходные и праздники шла работа на стройке.

— Даа... они молодцы... — отвечала Соня.

А иногда она первая подходила к окну и спрашивала меня:

— Мам, они трудятся?

— Да, Соня, смотри, трудятся! Они молодцы! Пойдём и мы с тобой тоже трудиться!

И мы шли трудиться... Я возвращалась к своим грандиозным целям и задачам, Соня — к нелюбимой математике...

Ей так тяжело давалась учеба... И с каждым днём я чувствовала ее угасающий интерес и мотивацию к этой сложной, непонятной цели — учеба в школе, «зарабатывание» оценок...

Мне это было совершенно не понятно, почему у неё нет этого азарта, этого упрямого желания сделать, решить, быть лучше кого-то другого, выиграть, победить, доказать, проявить упорство, хотя бы ради того, чтобы похвастаться!.. Амбиции и упрямый азарт... Казалось, ей было чуждо все это...

Когда-то давно, несколько лет назад, когда Соня ещё была маленькая и ещё не ходила в школу, я заинтересовалась направлением, которое совмещает в себе астрологию и психологию — Дизайном Человека (Human Design).

О нем мне рассказала моя двоюродная сестра, которая пыталась понять себя, найти свой путь, потому что чувствовала себя несчастной, как будто в западне разрушительных отношений и постоянного ощущения себя жертвой.

И меня увлекло это учение. Ведь оно обещало мне раскрыть в самой себе сильные стороны и принять слабые. Я надеялась, что оно поможет открыть в самой себе глубинный смысл этих «слабых» сторон, ведь эти слабости могут стать и сильными чертами, если правильно их раскрыть и как бы «разблокировать». Я хотела найти свой путь...

И я построила сначала Натальную карту для себя. Нашла там очень много сходств со своим характером, своими прошлыми событиями в жизни. Потом такую же карту я построила для Саши, и снова я нашла сходства! Ну и конечно, я сделала все тоже самое для Сони...

Но когда я стала «расшифровывать» ее карту, то не смогла продолжить. Меня огорчило и даже напугало то, что я увидела там... Слабость... Зависимость... Уход в себя... Очень глубокие духовные возможности, но наравне с ними, и глубокие проблемы с мотивацией, целью и смыслом в жизни.

Из-за этих неприятных «открытий» я решила, что я просто не понимаю и не разбираюсь в этом, а значит, мне просто не стоит продолжать.

Так я оставила Human Design на неопределенный срок...

На полке стоят редкие книги, в архиве на компьютере лежат обучающие курсы. Все это было отложено «на потом», «когда-нибудь»... Но я так и не решилась возобновить обучение из-за страха, что это окажется правдой.

Однажды я рассказывала Соне про линии на руке и что есть целое мистическое направление, которое называется «хиромантия». Те, кто умеют читать прошлое и будущее по линиям на руке, могут рассказать о том, как долго ты будешь жить, и будешь ли ты счастлив.

Я в этом не особо разбиралась, так, знала, как и многие, основные линии — линию ума, сердца и жизни. Показала Соне на примере своей руки эти линии. Соня стала всматриваться в свою ладошку и спросила:

— Мама, а почему у меня такая короткая линия жизни?..

Меня снова как ужалило это... Я на секунду запаниковала... Но потом «нашлась»:

— Буся, линию жизни надо обязательно смотреть по обоим рукам. На эту линию влияют и другие линии! Вот у тебя и эта линия есть и вот эта. Значит ты будешь жить долго и счастливо!

А внутри у меня снова проснулся тот самый страх, который поселился после неудачного составления Натальной карты несколько лет назад.

Этот страх рос во мне многие годы.

И я так боялась, что Соня будет слабой, зависимой и склонной к апатии и депрессии. Поэтому я сознательно и бессознательно старалась «укреплять» ее характер трудом, терпением, победами в творчестве. Художественная школа, балльные танцы, современные танцы, айкидо, карате, рисунок в частной художественной школе, частные уроки музыки — «смотри как у тебя классно получается!» Обучение профессиональным навыкам. Красивые, веселые, интересные книги — от 3D-книг с секретами и необычными, забавными фактами, до смешных комиксов.

Развитие творческого и логического мышления, курсы скорочтения, программирование для детей... Чего там только не было... Я хотела, чтобы она делала хоть что-то и видела, что у неё получается! Я поощряла ее желание ходить из школы самостоятельно. Я учила ее готовить, красиво оформляла ее книгу рецептов, чтобы ей хотелось туда заглядывать и, возможно, продолжать ее заполнять уже самостоятельно. Я «вела» ее дневник с 3 лет. Писала понятными печатными буквами и оформляла каждое событие забавной иллюстрацией. Я обвела ее котиков, в программе векторной графики, которых она нарисовала от скуки на уроке и предложила сделать из них целую презентацию. Одного такого, самого класс-

ного котика я напечатала на футболке в фотостудии и там была надпись: «Котик — супермен! Я спасу мир! Made by Sonia Sedova», и Соня несколько раз даже надевала эту футболку...

Но она не захотела сама вести дневник, или дополнять книгу рецептов, рисовать собственных персонажей и спасать мир... почему?.. Я не знала, не понимала...

Как будто она и не планировала «жить долго»...

Зато счастливо! Я очень хочу в это верить... Что она была счастлива с нами... По крайней мере, большую часть своей короткой, но очень важной жизни. Как будто она пришла в эту жизнь побыть веселым, добрым, милым ребёнком. А потом ее душа захотела вернуться домой. Потому что она выполнила своё предназначение здесь, на Земле?..

Предначертан ли для нас план нашей жизни? Наша судьба? Или мы творим ее сами? Говорят, линии на руке меняются с течением жизни. И возможно, каждый наш выбор определяет нашу жизнь на дни и годы вперед?..

И возможно фраза «уважать ее выбор» — это о том, что нужно попытаться уважать жизнь, судьбу, Творца, выбор души, который, возможно, был сделан задолго до ее рождения на Земле?...

3 мая 2022

День 8. Ничтожество

Сегодня ровно 2 месяца с момента Сониной смерти... И это был очень тяжелый день. Сегодня я случайно нашла Сонино письмо, которое она написала самой себе, в будущее. Одиннадцатилетняя Соня написала себе пятнадцатилетней. Записка была свёрнута, а на ней подпись: «Не открывать до 15 лет».

Я открыла ее... И прочитала...

В этой записке Соня интересовалась новыми сериями сериала, на котором была помещена она и ее 2 новые подружки-одноклассницы. Тот самый, где она выбрала себе роль «раба»...

Она спрашивала будущую себя: «С кем ты сейчас дружишь?» и «Нашла ли себе мужика?»... Мужика?.. в 15 лет?.. Я никогда не говорила так. И я не понимаю, почему она думала так о себе? Что в 15 лет ей нужно будет найти какого-то мужика... И главное, ее интересовало: «Получилось ли набрать хотя бы 100 подписчиков на своём канале в YouTube...НИЧТОЖЕСТВО?»

Ничтожество... Она считала себя ничтожеством. Но хуже всего то, что она не верила, что к 15 годам что-то поменяется. Нет настоящего. Но нет и будущего. Она не мечтала о любви, о новых друзьях, о том, как она вырастет и станет красивой девушкой. Как она влюбится и поцелуется впервые! Она видела своё будущее — как ничтожества, которому возможно, если повезёт, удастся найти мужика... И я поняла, что она так думала о себе из-за меня. Это я медленно, но верно убивала в ней личность, веру в себя, чувство собственного достоинства. Я не принимала ее такой, какой она была.

Я помню слова, которые я говорила. Которые никогда теперь не забуду. И не хочу забывать. Когда во мне просыпался Сталин, я и правда бывала монстром. Я говорила такие ужасные вещи...

— Я устала! Я больше не могу! Я скоро сойду с ума!

— Я не справляюсь! Все что я делаю — бессмысленно. Я занимаюсь с ней часами! Каждый день! И никакого толку!

— Я больше не могу этим заниматься. Видимо, плохой из меня и родитель и педагог... Вот моя мама — и орала на меня и оскорбляла и даже била. Но получилось же у неё воспитать сильного и упорного человека.

— Может отправить Соню к бабушке? Может хотя бы у бабушки получиться?

— Она не тянет эту школу! Она не тянет эту программу! Надо менять школу!

— В кого она такая?!? Почему она ничего не хочет?! Почему ей ничего не интересно? Это вообще у вас семейное (все это я говорила Саше), — лень и желание только развлекаться!

Я была расстроена, растеряна, пыталась убеждать Сашу, что все серьезно и надо что-то менять... И все это Соня, наверное, слышала из другой комнаты, и Бог знает, какие мысли у неё были в этот момент.

Теперь я постоянно вспоминаю свои самые страшные слова. Слова, которые могут довести любого подростка до суицида. Слова, сказанные когда-то Соне во время очередного нервного срыва:

— Если ты будешь так же безразлично относиться ко всему, если продолжишь так лениться, ты вырастишь никчемным, слабым человеком! А зачем нужны эти слабаки? Которые только ноют и жалеют себя. Потом становятся наркоманами. И

даже кончают жизнь самоубийством! Может это и к лучшему... Такие вот бесполезные люди — отбросы... Им и не стоит жить!

— Ты — неудачница! Не из-за двоек, нет. Из-за того, что не можешь взять себя в руки, в конце концов переделать, исправить, сделать так, как должно быть. Ты просто отворачиваешься и уходишь заниматься какой-то бесполезной глупой ерундой!

— Ты видишь, что мы с папой ссоримся только из-за тебя?!

— Ну, слава Богу, что жива и здорова! Хотя, это ведь не твоё достижение. За это Богу спасибо!

И 1-е место:

— Чего бы я не добилась, каких бы успехов я не достигла... У меня всегда будешь ты, которая опустит меня на землю...

Когда я вспоминаю все эти слова... И то, как она слушала это, опустив голову... я хочу убить себя. Или сделать себе очень больно. Потому что я этими словами именно так и поступала с ней. Убивала ее. Медленно и жестоко...

Конечно все эти страшные слова я сказала может всего раз, или два. Но я думаю, этого было достаточно, чтобы в ее сознании могла поселиться мысль о том, что она мешает, что без неё было бы лучше, что таким как она не за чем «коптить воздух». Что она, оказывается, «Ничтожество»...

Когда нам была назначена встреча у следователя, через 2-3 дня после Сониной смерти, я хотела сказать ему, что это я довела ее до суицида. Не в эту ночь, нет. А за все несколько лет, когда она слышала от мамы, которую она любила и которой доверяла, такие страшные слова. Я узнала, что есть статья Уголовного Кодекса, которая определяла до 10 лет тюрьмы за факт доведения человека до суицида. И я подумала, что, если меня посадят в тюрьму? Может быть, я смогу хоть как-то искупить свою вину за ее смерть? Точнее, за ее убийство.

Саша испугался моих идей и стал убеждать меня, что это не так, что я не хотела этого... Что мы все ошибались и не раз, но это не значит, что мы желали смерти своему ребёнку. И что в ту ночь она испугалась, она испытывала массу эмоций — в том числе чувство стыда, что раскрылось все то, что она так долго прятала и что мы теперь смотрим на неё с ужасом, так как не верим и не понимаем, как она может таким заниматься, писать о себе такое... Вот этот маленький славный человек... Наша Бусинка, наш Жучок, наш маленький Рыженький котик... Этого просто не может быть...

Моя девочка... Ведь я рассказывала ей об опасностях такого рода, ведь я просила ее быть осторожной. Я часто спрашивала, не общается ли она в этих странных, жестоких группах? Я рассказывала ей о нестабильной и очень хрупкой детской психике, и о том, как опасно общаться с такими людьми или детьми. Мы даже не позволяли смотреть фильмы ужасов по этой причине.

Мы говорили по-доброму, рассказывали, показывали фильмы — это не работало... Мы говорили строго и сурово. Она закрывалась и уходила в себя ещё больше. Я доверяла ей и не проверяла ее телефон, я не отслеживала ее местоположение, у нас не было родительского контроля. Может зря?..

Из раза в раз, я, своей жёсткой позицией «идеального» человека по жизни просто не дала ей шанса быть собой. Быть другой. Я не принимала ее. Я хотела сделать из неё себя. Точнее, лучшую версию себя. Но это было невозможно. И ей пришлось психологически «выживать» как она могла.

Роль жертвы и принятие роли «раба» для мучений в этом сообществе — может это попытка психики адаптироваться к глубокому чувству вины, за то, что она постоянно огорчает меня, что я разочарована в ней и что она никогда не сможет соответствовать моим установкам. «Виновата? — так получи наказание!»

Нет, я не кричала на неё в ту ночь, я была в шоке... Я была растеряна, мне было страшно. За неё, за всех нас. Я поняла, что мы опоздали... Потому, что все то, чего я боялись, чего мы все так боялись — ее сильная аутоагрессия, граничащая с мазохизмом, желание делать себе больно и осознанно выбирая роль «раба» и жертвы, все это проявилось теперь на поверхности так явно. И наш главный страх за нее — стать легкой добычей для любого злого, больного или жестокого человека, стал явью.

Она и была той «слабой личностью, которой может и не стоит жить на этом свете». Я говорила так о наркоманах, алкоголиках, зависимых и слабых людях, которые, как я говорила, вообще не понятно зачем живут на этом свете и «копят воздух» зря. И она, видимо, так наказывала себя за это. Как умела, так и находила «баланс» внутри себя.

Нужно было найти психолога. Сейчас я это понимаю. Я думала уже заняться поисками врача. Особенно после того, как она стала меня спрашивать, не было ли у меня воображаемого друга в детстве? Я сказала:

— Нет, не было. А у тебя есть такой друг?

— Да.

— Добрый ли это друг?

- Да... — с некоторой неуверенностью отвечала она мне.
- Вы с ним разговариваете?
- Да. Иногда.
- И что же он тебе говорит?
- Я не помню.

«Я не помню» — могло бы стать вторым именем для Сони. Потому что такой фразой заканчивался каждый диалог, который по тем или иным причинам она не хотелось продолжить.

Потом ещё она как-то спросила:

— Мама, а в чем разница между психологом и психиатром?

Я попыталась объяснить. Но не сделала выводов, не задала себе тогда самый главный вопрос: «Почему она спрашивает о психологе или психиатре? Может быть, ей нужна помощь? Или может, это такая скрытая просьба о помощи?»

Телефон — это было единственное, что кажется, ее интересовало.

Хорошо, что она ходила 2 раза в неделю на карате и раз в неделю на частные уроки игры на гитаре. А то бы она не отходила от этого телефона совсем.

Мне нравилось, как она играла на гитаре! Для меня музыка — это вообще волшебство! Я не умею ни на чем играть и всегда думала, что у меня ни слуха, ни голоса. Так что, Соня в этом была для меня просто вау!

Последние пару недель мы стали учиться вместе скетчингу. Скетч — это в переводе «набросок». Это рисунок тоненькими чёрными гелевыми ручками, или линейками. Причём, сложность в том, что ты сразу должен рисовать ручкой и исправить что-то не получится, если ошибёшься! Поэтому нужно учиться продумывать композицию и форму заранее.

По вечерам мы включали видео-урок и рисовали вместе новую картинку, повторяя за преподавателем и глядя на оригинальное фото. На каждом уроке — новая картинка. Зарисовки, натюрморты, городские пейзажи, рекламные иллюстрации. У неё отлично получалось! Ее рисунки мне нравились даже больше, чем свои! Саша, бабушка и дедушка были в восторге! Я тоже была так рада, что наконец-то я вижу, у неё есть способности и она с удовольствием рисует. И главное, она сама приходит и просит пройти новый урок.

Когда в школе не было завала по домашним заданиям, мы с удовольствием учились рисовать вместе. Почти каждый вечер, опять же, если школа позволяла, мы читали. То есть, я ей читала на ночь. Ей очень нравилось! И я хотела прочитать ей все свои самые любимые книги!

Сначала была книга «Цветы для Элджернона». Это было так здорово! Потом читали Робинзона Круза, но уж больно сложный старый язык... Я помню, как сама читала эту книжку в детстве, но современным детям такое трудно осилить.

Читали так: читаем минут 5, а потом минут 15 обсуждаем. Соня спрашивает много, я отвечаю, делимся эмоциями. Снова — 5 минут чтения, 15 минут — разговор. Поэтому чтение одной книги у нас порой растягивалось на месяцы!

А последняя книга, которую мы читали и так и не успели дочитать — тоже моя любимая. Братя Стругацкие «Понедельник начинается в субботу». Веселое фантастическое приключение! Соне очень нравилось!

Прочитали серию книг Ирины Токмаковой и Ирины Пивоваровой, Мери Поппинс, Мумми-Тролли, Сеттона Томпсона, Денискины Рассказы, почти все книги Кейт ди Камилло.

На очереди я готовила более серьезные книги: «Убить пересмешника» Харпер Ли, «Мастер и Маргарита» Булгакова и «Трудно быть Богом» Стругацких.

Когда мы просто жили, веселились, читали, рисовали, играли, гуляли, болтали... мы были счастливы! Но как только речь заходила о школе... вся эта радость исчезала.

Все это происходило так быстро... 4 месяца в общей сложности, не считая праздников, каникул и дней, когда Соня оставалась дома по болезни. Могла ли она дойти до суицида за 4 месяца? Или на это потребовались годы «обработки» уничтожающими личность словами от человека, которому Соня доверяла и которого любила?

— Сонь, ну ты же понимаешь, что я человек очень сложный, скажем прямо — хреновый я человек! И мама я так себе...

— Нет! Ты — хорошая мама! И ты — хороший человек! — смеялась в ответ Соня.

Когда мы с Сашей были на второй встрече у психолога, она спросила у меня:

— В чем заключается такое сильное чувство вашей вины?

— В чем?... Нам не хватит часа, чтобы я обо всем рассказала...

— Ничего. Мы будем обсуждать это постепенно. Одно за другим. Проработаем каждую Вашу негативную установку.

Возможно ли такое «проработать»?... Смогу ли я простить себя за все это?..

Мне кажется, что эмоциональный садист или социопат — это не тот, кто издевается и унижает человека без остановки. Это такой человек, манипулятор, который втирается в доверие, делает так, что жертва начинает испытывать любовь, а затем болезненную привязанность к этому монстру. И воспринимает его не как садиста, а как прекрасного человека, к которому жертва испытывает любовь, привязанность, доверие, а потом и зависимость. «Ты хороший человек! И ты хорошая мама!» — говорила она мне...

А социопат в нужный момент испытывает жертву как на качелях — «люблю», «ненавижу», «люблю», «ненавижу». И так до тех пор, пока жертва не станет полностью зависима с полностью подавленной волей. «Ты — неудачница!» — говорит он в тот момент, когда жертве больше всего не достаёт поддержки. Вот кто такой садист-социопат.

И порой мне кажется, что именно такие отношения у нас и были с Соней. Она любила меня, доверяла и была болезненно зависима от моего мнения. А я подавляла ее волю, тем самым подводя ее к этой страшной черте.

Саша прочитал эту записку и заплакал... А потом сказал:

— Ты никогда не называла ее ничтожеством!

— Да, так не называла... но говорила другие, не менее ужасные слова.

Моя дочь любила меня. И ненавидела себя. Она хотела избавиться от себя, такой неудачницы, такого ничтожества... Лучше бы она ненавидела меня. Как я когда-то в детстве ненавидела свою маму. Злость и обида дали мне силы защищать себя. Почему она не смогла? Почему эту злость, такую сильную разрушающую злость, она полностью обратила только на себя?..

Нет, Бусинка... ты не Ничтожество. Ты — Особенная! Я никогда не встречала более светлого, доброго, любящего и терпеливого человека, чем ты.

Ничтожество — это человек, который может предать и обидеть более слабого. Особенно, если этот слабый — любит и зависим. Это тот, кто делает другим больно, самоутверждаться за чужой счёт. Ничтожество — это я.

4 мая 2022

День 9. Виновны

После этой записки «В будущее» я как будто снова оказалась там, в то время, когда мне хотелось умереть. Я снова стала сомневаться, что у меня есть шанс справиться с этим. Я попыталась поговорить об этой записке с Сашей. Но у него аллергия на плохие новости. Он не может и не хочет ничего обсуждать. «Зачем?», «Все равно ничего не исправить», «Мы не узнаём теперь». Вот и весь диалог...

Я спросила его:

— Как ты думаешь, если бы Соня жила только с тобой, какой был бы исход?

После 5 минут пререканий и отказов это обсуждать, мне все же удалось узнать его мнение:

— Ну, я бы не парился на счёт учебы. Училась бы как могла. Спросил бы у неё, не нужна ли помощь и может лучше перейти в другую школу. Не захотела бы менять школу — оставил бы все как есть.

— А если бы ее оставили на второй или третий год?

— Тогда пошёл бы к директору и спросил, что делать.

Спросил бы директора... что делать...

Вот тут до меня дошло!

Я поняла, почему я так отчаянно старалась заниматься с Соней, почему мне было так важно читать ей книги, рисовать с ней, обучать чему-то, но и стараться подтянуть учебу. Много лет подряд. Каждый день каждого года кроме воскресений. И даже на каникулах.

Мне важно было, чтобы она увидела, почувствовала, поняла, что она может! У неё получится! Она особенная! У неё есть способности! Больше всего я хотела, чтобы у неё в этой жизни были возможности. Не плыть по течению, чтобы кто-то подобрал ее и все придумал и сделал за неё. А чтобы она сама выбирала! Чтобы была самодостаточной!

Я всегда осуждала эту врожденную, семейную слабость характера в Сашиной семье. Осуждала воспитание его матери. Ее слепое потворство своим и чужим слабостям, чрезмерная опека и забота, не желание или не способность видеть проблемы и ошибки. Эта же неспособность, как мне казалось, передалась и ее детям. То ли на биологическом уровне, то ли по причине того, что дети постоянно видели эту мамину слабость и зависимость, и неосознанно впитывали ее как губка. А потом повторяли как по кругу все те же ошибки. И вспоминая истории из жизни Сашиной семьи, я понимаю, как же я злюсь! Злюсь, потому что никак не могу при-

нять этого. Не любить своего ребенка, быть к нему слишком критичным или даже безразличным — это ужасно! Но вот такая убийственная опека, такая зависимость, которая лишает ребенка воли, характера, желаний, амбиций, будущего, в конце концов — это не менее ужасно!

Когда мы только познакомились с Сашей, я помню, как спросила его:

— А где ты учился?

Он назвал какой-то Электролампово-электромеханической институт имени Втулкина-Поперечного. Кажется, дальше я спросила, нравилось ли ему учиться и хотел ли он работать по своей специальности. Получив отрицательный ответ, спросила:

— Почему не выбрал что-то более интересное и полезное?..

— Ну, у мамы не было возможности.

— Что? В смысле? Ты же в 21 год пошёл учиться в Институт?

— Ну да.

— И твоя мама тебе выбирала институт?

— Ну я пошёл куда все пошли...

Вот это я не могла понять. Не могла принять и понять этого. Осуждала его. За лень, инфантильность, слабость и желание скинуть ответственность за свою жизнь на кого угодно. А главное, не способность делать свой выбор. Осознанный выбор. Ставить себе цель и трудиться ради неё. Не желание думать, делать, создавать. Желание прилипнуть пиявкой и сесть на чью-то шею. И главное — не дай Бог, кто-то скажет что-то плохое! Нет-нет-нет! Не может быть! У нас все хорошо! Сашина мама иногда так и говорила: «Нет-нет! Не говори мне этого! Я не хочу знать! Не хочу это слышать!» Он ей в ответ: «Мама, ну послушай, ведь это правда!» — но она только в ответ мотает головой, только что уши не закрывает, как маленький капризный ребенок.

Сашина мама до сих пор ни разу не позвонила и не выразила даже простых соболезнований. Ладно мне, я для нее чужой человек. Но и Саше она за эти полтора месяца не позвонила ни разу...

Вот эти качества я ненавидела в Сашиной семье и ненавидела их в Саше. Не способность принять ситуацию честно. Признать ошибку. Взять на себя ответственность. И терпеливо исправить ее. Проще самому себе врать, что все хорошо и ты молодец! А зачем что-то исправлять, если все хорошо?

Саша со временем изменился. Правда не обошлось без ошибок, последствия которых могли разрушить все, что мы создавали вместе годами. Видимо, ему нужны были все эти передраги, нужно было так сильно ошибиться, чуть не потерять все — бизнес, уважение, отношения и семью, чтобы в итоге осознать, как это важно

— нести ответственность за свою жизнь и за все что ты в этой жизни делаешь самому.

Я часто просила Сашу вместе изменить нашу жизнь для того, чтобы Соне было проще. Чтобы она, глядя на нас тоже захотела что-то изменить.

Я много лет работаю из дома. Встаю когда хочу, работаю когда хочу и сколько хочу. Сама решаю, чем мне заниматься, сама придумываю и планирую свои рабочие задачи. И я очень любила свою работу и можно сказать, что иногда работа так увлекала меня, что я просто не могла остановиться, могла просидеть до утра.

Саша почти всегда был в разъездах. Он очень много времени тратил на свою машину (он фанат рестайлинга и любого тюнинга), а в остальное время он бывал в тренажерном зале (6-7 раз в неделю), и проводил нечастые встречи по работе.

Когда он приезжал домой, то он ел и потом ложился играть в PlayStation. Я ложилась рядом и смотрела как он играет. Соня обычно в это время все ещё делала уроки... Вот так каждый день... Ребёнок корпит над нелюбимыми учебниками, папа играет.

Я даже как-то спросила у Сони: «Соня, скажи, тебе наверное не приятно и не понятно, и наверное, кажется не справедливым, что ты там трудишься, а мы тут развлекаемся? Ведь это странно — я заставляю тебя работать ради твоего светлого будущего, а вот он — папа. Особо ничему не учился, особо не трудился, и вот — все у него есть. Так зачем тебе все это? Так?...»

Все это я спрашивала при Саше, чтобы доказать ему, что мы в ответе за ее восприятие реальности, мы формируем среду ее жизни и мотиваций. Так как же можно создавать такой разрыв? Она — мучается, трудится. Ей и так не легко, а попробуй-ка потрудись, когда в соседней комнате развлекаются! Да ещё и про какое-то эфемерное будущее все время говорят, про хорошую учебу, институт, важность знаний и умений. А тут вот веселый папа—дуралей, который и пишет то до сих пор с ошибками и живет, как ему хочется. Где логика?

Она часто не хотела отвечать на такие вопросы... По образу и подобию папы, она старалась не думать о плохом. Или меня не хотела расстраивать... С большим трудом я все же узнала у неё, что да, ей не легко связать эти вещи и не понятно, почему нужно так много трудится, когда рядом пример веселья и раздолбайства.

На все это Саша неизменно отвечал:

— И что же ты предлагаешь?

— Перестать играть по вечерам в PlayStation!

— А что же мне делать?

— Смотреть хорошие фильмы, читать книги, помогать с Соней, в конце концов!

— Я так устаю за день, и что, я не могу просто расслабиться?! Я же не развлекался целый день, я работал! И ты работала! Так почему мы не можем отдохнуть?!

— Ну хорошо... Я понимаю... Ты не хочешь глобальных перемен... Но давай тогда хотя бы дадим возможность Соне быть более самостоятельной? Она видит меня дома, не воспринимает мою работу, как что-то важное. Ей нужно ощущать себя взрослой, самостоятельной.

— Ну, так пусть будет! Закройся в комнате и пусть она сама справляется со всем!

— Я не могу так поступить! Если у нее вопрос по урокам, я должна ей ответить, помочь. Если она просит помощи, я не могу ей отказать или сделать вид, что меня дома нет.

— Так что ты предлагаешь?!

— Я могу как все нормальные рабочие люди уезжать работать в офис...

Пока мы были дома, я делала домашние дела, помогала Соне с учебой. И в перерывах я работала. Это было с одной стороны удобно — она всегда могла подойти и спросить. С другой — я отвлекалась от работы, и Соня скорей всего не думала, что то, что я делаю имеет какую-то ценность.

Однажды я ей показала, что я делаю. В каких программах работаю и как много всего нужно знать. Я рассказала, что я продолжаю учиться новому.

Ещё однажды я удивила ее, показав, что у меня на телефоне. Там были книги и научные статьи. У меня на телефоне нет ни одной игры. И телефон я использую только для работы и чтения. Кажется, она тогда очень удивилась.

Но Саша всегда стоял на своём:

— Нет! Я против! Ты работаешь из дома и меня это устраивает! Я не зря сделал для тебя домашний сервер, покупаю тебе дорогое оборудование для работы. Я хочу, чтобы ты работала, не нервничала, и не тратила время на какие-то офисы. Я категорически против! У нас хорошая жизнь! И я не хочу ее менять, только чтобы «создать какие-то там условия»!

И вот так происходило каждый раз.

Он не хотел, чтобы я выходила из дома. Он не хотел отказываться от PlayStation. Он не хотел ничего менять.

Несколько дней назад я почувствовала, что меня опять накрывает. На прикроватном столике, рядом с розой стоят Сонины письма Деду Морозу. Я предлагала ей писать их, когда она ещё верила в него. Оформляла красивые конвертики каждый год. Делали мы это заранее, недели за две до Нового года. Я сохранила все эти конвертики и открытки, с каждого Нового года...

Мы все писали свои пожелания Деду Морозу. Ну а Сонины конвертики я открывала, чтобы узнать, что ей подарить на Новый год!

Но когда она выросла и узнала, что Дела Мороза нет, я все равно предложила ей написать. Просто представить, что Дед Мороз — это такая большая, добрая сила. Он, конечно, не приносит игрушки, но может исполнить желание души. И так Соня нарисовала 2 письма для Дела Мороза. Одно из них было открыто. А другое заклеено. И я их не открывала никогда. Не знаю почему... Мне показалось, что это ее желания души обращено к Добрай большой силе, а не ко мне и это будет просто не корректно его открыть, ведь Соня его даже заклеила... и теперь я почувствовала, что мне можно их открыть. Вот что было в одном из них:

«Дорогой Дедушка Мороз! Пожалуйста, подари мне и моей семье счастья, здоровья, радости, успеха и сделай так, чтоб мы не часто ссорились.

С Новым годом!

P.S. И ещё, Дедушка Мороз! Игра мамы и папы все портит. Они часто в неё играют и Мама, когда я вхожу, кричит на меня. И поэтому мне бы хотелось, чтобы мама и папа поменьше играли в эту игру.

Пожалуйста, милый Дедушка Мороз!

С наилучшими пожеланиями и любовью, Соня!»

Мама, когда я вхожу, кричит на меня... Прочитав это, я захотела либо разбить эту PlayStation, либо съесть все транквилизаторы, которые только-только купил Саша по рецепту на несколько месяцев вперёд.

Но не смогла выбрать в итоге, что же нужно сделать сначала... Да так и сидела и только плакала.

Я вспомнила, что Саша однажды играл в такую игру, где нельзя ошибаться, «погибать», иначе придётся начать с самого начала. И чуть отвлёкся — начинай сначала. Поэтому, когда он в неё играл и входила Соня я заранее кричала: «Соня! Подожди! Нет-нет-нет! Подожди! Только не сейчас!»

Однажды она хотела просто что-то принести, а я вот так закричала. Она обиделась, ведь ей ничего не нужно было. Я пошла и попросила у неё прощение. Мне показалось, она простила меня. Но она помнила это, ей было не приятно и обидно.

Она хоть и пожимала плечами, говорила «не помню», она помнила...

Как жаль, что я не прочитала это письмо раньше, когда оно и было написано. В прошлом году? В позапрошлом? На открытке не было года...

Отвечая самой себе на вопрос психолога о том, почему я испытываю такое сильное чувство вины, я поняла вот что. Кроме осознания своих многочисленных ошибок, есть ещё кое-что. Мне было не все равно. Много лет я пыталась. Я придумывала разные решения, я искала эти решения и пыталась их испробовать раз за разом. Не подходит! Не работает. Попробую по-другому... Снова не работает...

Я отчаянно старалась «вытащить» ее наверх. Показать, как интересна, хоть и сложна может быть жизнь. Как здорово, когда делаешь то, что тебе по душе! Какой кайф ты можешь испытать, придумав что-то своё и воплотив это в реальность.

Я принимала решения. Я брала на себя эту ответственность. Я понимала, что если ничего не делать, то ничего не будет. Я знала, что как сорняки могут расти только очень сильные с детства люди, с характером, упрямые, с железной силой воли. А что делать с маленьким одуванчиком? Повторить опыт Сашиной мамы и всю жизнь опекать, вытирая поочередно своему ни на что не способному дитячке поочередно, то нос, то попу? Или последовать Сашиному плану? — Сыты? Обуты? Ну вот и все. А если все будет совсем плохо, то схожу к директору/маме/другу и спрошу у него что делать... А скорей всего, не буду делать ни-че-го.

Я как тот генерал, который принимает тысячи решений. И некоторые из них могут оказаться не просто ошибочными, а фатальными. Все твоё войско может погибнуть. И кто же примет на себя ответственность за провал? Тот, кто принял решение и следовал ему до конца. А кто не чувствует вины? Тот, кто не виноват. Или тот, кто вообще не принимал никаких решений. И получается, вроде и не виноват. Но в итоге мы оба виновны. Я — за то, что делала. Он — за то, что не делал.

Мы живем рядом со своим маленьким, или уже не маленьким ребёнком и не знаем его. Почему? Это трудно. Ведь ребёнок порой и сам не понимает себя. Но если в семье есть безразличие, страх или лень принять ответственность за жизнь и судьбу своего ребёнка, тут точно ничего хорошего не выйдет. Может я и не права... я не знаю... но я просто не могла наплевать на неё. Мне недостаточно было ее просто накормить и дежурно спросить: «Кадила?»

Я бы хотела, чтобы все эти сложные решения принимал за меня кто-то другой. И ответственность бы автоматически падала на этого человека, не на меня. Я бы хотела. Да не кому...

И вот, думая над всем этим, я чувствую, что снова возвращаюсь в стадию «Гнев». Осознаю себя в ней. И мне ничего другого не остаётся, как принять это. Бывают и темные дни...

5 мая 2022

День 10. Судьба, знаки и уроки души

На первой встрече психолог спросила меня:

— Чему вас учила Соня?

Я задумалась... А потом ответила:

— Любви... Она учила меня любить и показала, как это, когда тебя любят просто так.

Я вспомнила, как когда-то мы говорили с Соней о судьбе, о душах, о Земных уроках. И она спросила:

— А какой у меня урок, Мама?

— Учить меня любви. — не задумываясь ответила я ей.

— У меня получается?

— Дааа! Соня, любовь — это твоё главное сильное качество!

— А у тебя какой урок?

— Учиться любить. Но, у меня пока получается не очень... И я уже не первую жизнь прихожу на Землю за этим уроком и никак не могу его пройти.

Я всегда чувствовала, что моя жизнь будет очень непростой. И не из-за трудного детства, не из-за сложных отношений с мамой в детстве и юности. Не знаю почему... Просто я так чувствовала. Чувствовала, что это будет очень необычная, сложная жизнь.

Помню, когда я училась в средней школе, то была влюблена в мальчика, на год старше. У него был ДЦП. Он с трудом ходил. Его мама каждый день провожала и забирала его из школы. Я мечтала однажды осмелиться и подойти к нему, предложить ему проводить его домой. Но я не решалась. Он мне казался самым смелым и сильным. Я очень уважала и восхищалась им. Он был высокий и как мне казалось, самый красивый парень. Он был терпеливым, добрым и очень скромным. Он учился в классе, где классным руководителем была моя любимая бабушка, учитель математики в старших классах. Поэтому я знала, как зовут этого мальчика. Я и до сих пор помню его имя: Максим Анискин. И у меня был доступ к его тетрадям:) Конечно он учился очень хорошо. Идеальный, каллиграфический почерк... Терпение в каждой строчке. Ровные циферки, правильные ответы. Я восхищалась им. Его терпению, трудолюбию и силе духа. Каждый шаг, каждое движение давалось ему с трудом. Но на его лице не было ни капли страдания. Он был боец. Я хотела быть похожа на него. И где-то глубоко внутри, я чувствовала связь с этим сложным жизненным выбором. Как будто я чувствовала уже тогда, что некоторые души выбирают сложные уроки для обучения.

Я боялась иметь детей ещё по одной причине. Кроме того, что я не чувствовала в себе необходимых достойных качеств, чтобы воспитать хорошего человека, я опасалась, что это «предчувствие» сложного выбора реализуется в рождении ребёнка-инвалида. Особенно, когда врачи, все как один, твердили, что мне нужно сделать аборт.

Ещё одна причина, почему я была рада кесареву — это то, что в этом случае риск ДЦП был ниже. Ведь я слышала, как иногда, во время естественных родов врачи или акушерка слишком тянут ребёнка и случайно наносят ребёнку тяжелые повреждения ЦНС. Когда у меня родился прекрасный, здоровый и красивый ребёнок, да ещё и такой ангелочек, я выдохнула с облегчением...

Ну что? Что же это будет? Нет? Значит это было просто предчувствие?

Все у меня получалось. Все давалось легко. Говорили, мне повезло, просто удачливая.

Первый знак был, когда я уронила Соню. Ей было всего 4 месяца. Я отнеслась безответственно к жизни маленького ребёнка, который зависит от меня. Она получила травму черепа из-за меня. Заметила ли я этот знак? — Нет. Просто обрадовалась, что все «обошлось», да и ладно...

Второй важный знак — В 2015 году.

Мне поставили диагноз «рак кожи». Но мой близкий друг сделал операцию и буквально спас мне жизнь. Правда потом врачи сказали, что у меня метастазы в печени и я, конечно, залезла в интернет, и узнала, что с таким диагнозом мне осталось жить от силы полгода. «Вот оно... То, чего я ждала и чего так боялась. Значит, это будет долгая мучительная смерть от рака?...»

Я тогда отказалась ходить по врачам, отказалась от обследований, операций и химиотерапии. Вместо этого мы поехали с Сашей в путешествие по Азии, чтобы, может быть, в первый и последний раз увидеть эти прекрасные места.

Мы вернулись, готовые к трудной, но не долгой борьбе. Я вообще не была уверена, что нужно бороться. Нет, это не была апатия или «опускание рук». Это был здоровый прагматизм. Я была против того, чтобы продавать квартиру, чтобы потратить эти деньги на призрачную надежду излечиться в Израиле... Это бессмысленно. Меня все равно бы не удалось спасти, а моя семья останется без жилья.

Поэтому я просто регулярно ездила в онкобольницу в п. Песочное, главный онкоцентр в пригороде Петербурга, и, как и предлагала врач, мы просто «наблюдали». Операцию на печени мне делать не стали. Слишком было опасно, как сказал хирург — «Я ей всю печень истыкаю, а толку?»

Ну, нет так нет...

Дальше нужно было проверяться и «наблюдать». И вот, один наблюдательный врач, рентгенолог и специалист по МРТ, со смешной фамилией Лесничий обнаружил во время своих наблюдений, во время очередной МРТ—процедуры, что никакой это ни рак в моей печени! А просто гемангиомы. Такие маленькие кисты, которые часто бывают с рождения у многих людей. Вот так, из позиции «на пороге смерти» я перешла в позицию «я здорова». Нет, диагноз «меланома» у меня есть и по сей день. И я проверялась потом каждые полгода. Но я не была уже неизлечимо больна и не умирала. По крайней мере так быстро, как ожидалось.

Сейчас я думаю... Ведь это, наверное, был знак. Такой, что не заметить было нельзя: Посмотри на свою жизнь! Перестань так злиться! Цени каждый момент! Цени то, что у тебя есть! Но.. Я слишком глупа и эгоистична для этого. И я его пропустила мимо.

Третий знак случился вроде бы как по ошибке. Но ведь ничего не случается просто так?.. Однажды я увидела на телефоне вызов с незнакомого номера. Я взяла трубку и услышала:

— Здравствуйте... Это вас беспокоят из скорой неотложной помощи. Ваш номер телефона мы нашли в списке важных. Мне очень жаль Вам сообщать это. Но ваши родные погибли...

— ... Что?...

Дома я была одна. Саши и Сони не было. В тот момент я подумала: «Вот оно...»

— Ваш муж...

— Подождите. Как его имя?

— ... (дальше врач называет незнакомое мне имя)

— Я не знаю этого человека... - отвечаю я женщине.

— Ох, простите... Наверное неправильно набрала номер... простите!

— Ничего...

Конечно, я сразу позвонила Саше. Услышала его голос и тогда уже успокоилась окончательно. Эти ощущения ни объяснить... ни передать словами... Такие же эмоции я испытала 2 месяца назад. Шок, боль, не способность поверить в то, что это может быть правдой.

Четвертый знак был очень страшный... и очень судьбоносный.

Год назад в нашем же доме, тоже весной вышла из окна девочка. Ей было лет 7 или 8. Она была дома одна. Она оделась, собрала рюкзак, открыла окно и вышла. Кажется, это был 16 этаж... Она упала на крышу коммерческой пристройки на 1-м этаже, на крышу магазина.

Я тогда плакала 2 или 3 дня. Хотя я не знала даже имени этой погибшей девочки, не знала ее родителей. Но это было так жутко, когда маленький, невинный ребенок убивает себя. Столько вопросов тогда роились в моей голове... Это была случайность? Была ли она психически здорова?... Если бы я знала, что примерно год спустя сама окажусь в таком жутком кошмаре и буду задавать себе те же вопросы... Ещё тогда я решила, что я не хочу жить в этом доме и нужно уезжать... Но мы все откладывали это. Все ждали чего-то...

Пятый знак был летом. Когда мы были все вместе в Анапе, в гостях у моих родителей. На пляже, где мы купались погибли люди. Сначала воронка утащила мальчика, прямо у берега, за ним бросился отец и ещё один мужчина. Хотели спасти его. Но оба тоже погибли.

Шестой знак был, когда мы вернулись в Питер, и ехали куда-то по делам. Был сентябрь, начало учебного года. Соня только пошла в 5 класс. Мы ехали в машине и играло радио. Началась реклама. И по рекламному сюжету одна «мама» жаловалась другой на то, что «дети совсем от рук отбились» и учеба совсем не идёт у них. Вторая «мама» тут же дала дельный совет: обратиться к психологу. Но все бы ничего и я бы даже не заметила эту рекламу, даже не вслушалась бы, если бы она не ляпнула: «Это же соматическое!» Меня это и насмешило, и разозлило. Какое ещё соматическое? Сразу видно, какие психологи там работают... Разводят на деньги бедных родителей! И не стыдно им... А ведь я получила этот знак неспроста... Ну то, что соматическое-то ладно... А вот то, что мне нужно было срочно в ближайшее время искать психолога для Сони — это факт...

Саша снял москитные сетки с окон. И все хотел их то ли помыть, то ли перетянуть... Он, радостный, сообщил мне об этом, когда я лежала в больнице после очередной своей операции по удалению опухоли.

— Я помыл окна!

На дворе была середина ноября. Я была рада этому его внезапному порыву чистоты. Но удивилась, ведь на дворе была середина ноября. Уже случались первые морозы.

— Только сетки москитные снял. Зачем они зимой, верно?...

... Верно — ответила я.

Теперь я все думаю, какое стечение обстоятельств... почему он именно тогда решил сделать это?... Почему снял эти сетки... Он все откладывал и обратно их так и не поставил.

Так много знаков, предупреждений, предчувствий. И все зря. Я ничего не услышала, не прислушалась к своей интуиции, не смогла ничего изменить, ничего не смогла исправить... А кода в памяти всплывает та страшная ночь и весь день, который предшествовал этой жуткой ночи, начинает казаться, что все мы делали что-то странное, не осознанное... Как будто под гипнозом...

Я все думаю об этом... О том, что я могла, но не сделала нужного. Не спасла ее...

6 мая 2022

День 11. Последний день. Последняя ночь

Думая о том, как я упустила все эти знаки и предупреждения, я медленно снова возвращаюсь к той ночи.

2 марта я написала своей маме.

Долго я не решалась это сделать. Или не хотела... Помню, что прямо заставила себя написать ей. Несколько дней собиралась и все откладывала... Но в итоге стало стыдно, что я такая трусиха. Всего-то надо узнать, как у нее дела и как ее здоровье.

Тогда уже началась война на Украине. И я не хотела особо ни с кем общаться, потому что не хотела собирать негативных мнений, добавлять чужих страхов. Не хотела никого успокаивать, убеждать что все будет хорошо... Может потому, что и сама не особо в это верила...

В итоге я все-таки решилась написать. Все шло хорошо. Я спросила, как дела и Мама ответила. Ничего особенного. И мы уже практически попрощались... Но тут Мама все же прислала это сообщение...

В нем она настоятельно просила меня проверить Сонин телефон. Потому что сейчас детям отправляют всякие агрессивные и жестокие сообщения со стороны Украины из-за войны. Я понимала, что она права... Я тоже боялась этого и не хотела, чтобы моему ребёнку отправляли отрезанные головы. Но я же не проверяю Сонин телефон... как я смогу сделать это?... но ведь опасность реальна... нужно быть бдительным... Столько разных, противоречивых мыслей тогда появилось в моей голове. А в основе всего - страх... животный страх за своего ребенка. Я пообещала, что сегодня обязательно проверю Сонин телефон.

Я объяснила Соне зачем мне это нужно. Раньше я никогда не брала ее телефон. И сейчас мне нужно было ее разрешение. Кроме того, у неё пароли на обоих телефонах. Она спокойно мне отдала, сняла блокировки и пароли.

Телефоны я забрала, отложила их в сторону. И все откладывала. Попозже... попозже... Соня делала уроки. Саша играл в PlayStation. Я дотянула до позднего вечера, когда Соне уже пора было ложиться спать. Она уже надела пижаму... Бывшую мою пижаму — фланелевую теплую пижаму в голубую и белую мелкую клеточку... Она уже умылась и почистила зубки... Время на часах было около 23:00.

Я взяла один ее телефон. Думала, быстренько гляну и спать...

Я открыла самую первую переписку в Ватсапе с очень длинным и странным названием... И дальше начался какой-то кошмар.

Я сидела с раскрытым ртом, не моргая, пялилась в одну точку с круглыми от шока глазами... В этот момент подошла Соня. Увидела меня. Спросила:

— Мамочка, что с тобой?..

— Ничего.... Просто... устала... ступай спать, Соня...

Обычно перед сном я обнимала Соню. Потом приходила укрыть ее одеялом и обнять ещё раз. Но сейчас я просто была в шоке... Я сказала ей идти спать, не обняв ее... И она ушла.

Если бы я обняла ее... Если бы обняла и сказала, что люблю ее... Может... она была бы жива?.. И ничего бы этого не было?.. Вот тут бы остановить все. Поставить на паузу прошлое. И оставить так. Но... на этом все не закончилось. Пришёл Саша и увидел меня. Он испугался. Спросил: что случилось? Я дала ему Сонин телефон. Он прочёл и резко сказал:

— Зови ее!

— Может до завтра отложим? — испугалась я его чересчур уверенного настроя.

Дальше ещё одна попытка взять себя в руки и пересилить эту панику... Попытка разобраться. Продолжили чтение вместе... Но стало ещё хуже... Я стала чувствовать, что мне трудно дышать... Саша не выдержал: «Зови ее! Я сам! Соня! Иди сюда!»

Пришла Соня...

Дальше начался тот страшный разговор.

Мы были в шоке, мы спрашивали, она молчала. Она почти не говорила ничего. Просто сидела, опустив голову.

Я решила, что мне нужно «выпустить» этот страшный разговор из моей памяти. Я его никогда не забуду, но, когда я пишу о чем-то, это как будто освобождает

меня. Если хорошее — то это становится чем-то ещё большим. А если плохое... Оно выходит из моего разума, и есть надежда, что оно уже не разорвёт меня изнутри.

Я: Соня, я взяла твои телефоны, чтобы проверить, не отправляли тебе незаконные, жестокие сообщения или видео. И что же я обнаружила?.. Все то, о чем я предупреждала тебя, о чем спрашивала тебя. А ты отвечала, что все хорошо, все нормально... Что же это? Я доверяла тебе. Я никогда не залезала в твой телефон, ведь так?

Соня: (кивает)

Я: Так за что ты нас так?... Ты понимаешь, как это ужасно, как опасно? Такие страшные вещи вы пишете... Ты хоть знаешь, что они означают?..

Соня: (молчит, опустив голову)

Я: Что значит ***** ?

(не могу писать это, слишком нецензурно и имеет довольно жестокий сексуальный подтекст).

Соня: (молчит)

Я: Тебе лучше сказать мне. Лучше поговорить со мной сейчас... Потому что я в таком шоке и так разочарована, что не знаю, когда теперь смогу и захочу с тобой поговорить....

Соня: (молчит)

Я: Почему ты молчишь?

Саша: Отвечай! Что это означает?

Соня: Ничего...

Я: Ничего?... Ты делала это? С тобой кто-то делал это?

Соня: (мотает головой — нет)

Я: Это правда? Ты не врешь нам сейчас?

Соня: (кивает)

Я: Ты понимаешь, что то, что вы пишете и делаете в этих группах не законно. То есть... если родитель одного из детей отнесёт телефон в полицию... твоего папу могут посадить за это? Потому что ты пишешь с номеров, которые оформлены на папу...

Саша: Отличная судьба у тебя будет, Соня! Папу посадят из-за тебя!

Я: Срочно удаляйся из этих групп и блокируй их!

Соня берет телефон, делает то, что мы сказали.

Если бы она заплакала, если начала хоть что-то говорить нам тогда... Хоть как-то дала понять, что она слышит и понимает... Но она молчала. То ли упрямо. Но ли не понимая, как все это было для нас серьезно. Оттого, что мы не понимали, слышит ли она, понимает ли она нас, мы продолжили увещания.

Я: Ты понимаешь, как это все мерзко?... Где ты про все это узнала? Где!?!

Соня: (молчит)

Я: Разве мы с папой говорим так? Разве мы говорим такие гадости? Это грязно и мерзко — все что вы пишете там... А ты... я не узнаю тебя... ты же моя Бусинка... ты мой Жучок... Как же так?.. Я, выходит, совсем не знаю тебя... Ты совсем не та, кого я знаю?..

Я плакала... Соня молчала...

Я была в панике. Саша тоже. И ещё... Мы, вероятно, хотели показать ей, как мы напуганы. Что все это очень серьезно. Очень. Это не шалости. Никакое не баловство. Это опасные, страшные вещи. И мы видели, что она увязла в них уже давно... И все это время она говорила, что эти группы, в которых она переписывается — это простые ребята, такие же как она. И болтают они «о всяком»...

Я сказала, что она обманула нас. Что мы доверяли ей. Полностью. Поддерживали во всем. Уходили из дома, чтобы она могла побыть с подружкой наедине и делать какие-то вещи без лишнего надзора... а она...

Я даже сказала в злости: «Ты обманывала нас... это подло. Я никогда не врала тебе. И доверяла тебе во всем. Я не следила за тобой, не ставила родительский контроль. Не проверяла твои телефоны, планшет или компьютер. Потому что я верила тебе. И верила, что ты умненькая, что ты можешь постоять за себя. Что ты можешь выбирать то, что лучше для тебя. Это подло!!! Так поступают... твари... не достойные люди...»

Я назвала ее тварью... свою дочку, свою Бусинку... своего маленького рыжего котика...

Я вспомнила как мама и папа, когда кричали на меня (а они это делали часто) называли меня «паршивой тварью». И это было... ну обычное дело для меня... слышать такие слова о себе. Правда я и стала социопатом в итоге...

Я сказала это мерзкое слово Соне впервые... и этого было достаточно...

Это были слова отчаяния... я боялась. Боялся Саша... Мы изливали на неё свой гнев, свою боль, свои страхи... Она молчала и принимала это все.

Ещё я помню, как сказала:

«Соня... ты знаешь, мы ведь с папой не пьем алкоголь. И я не пила уже лет 10 наверное... Но сегодня у меня появилось желание выпить... чтобы забыть все то, что я увидела и прочитала сегодня...»

Как будто мало ей было той вины, что мы и так на неё повесили...

Было ещё кое-что... Это было странно... Мы до сих пор не очень поняли почему она так сказала...

Я спросила: Вы с **** (одноклассница) не делали всего этого?

Соня: (мотаает головой — нет)

Я: Почему у вас такое странное общение?.. (я просмотрела и их переписку. Там тоже было много такого, что тяжело принять).

Соня: (молчит)

Я: Она заставляет тебя?

Соня: (молчит)

Потом через минуту Соня говорит:

Соня: Может, вам стоит запретить мне общаться с ****?

Я и Саша в один голос: Как это, запретить?

Соня: Ну, вы же родители. Вы можете запретить.

Я: Нет, запретить общаться мы не можем тебе. Это не возможно. Только ты можешь решить, с кем тебе общаться, а с кем нет.

Через мгновение добавляю:

Я: А что, ты бы хотела, чтобы мы тебе запретили общаться с ****?!

Соня: (молчит)

Я: Соня, скажи мне пожалуйста! Она тебя заставляет? Ты не хочешь с ней общаться на самом деле? Ты хочешь, чтобы мы тебе запретили?

Соня: (мотаает головой — нет)

Саша был ужасно зол. Он был в таком шоке... Он сказал одну фразу... Она мне тоже не даёт покоя. Но я не напоминаю ему ее. Потому что иначе он может начать винить себя в ее решении. Он сказал:

— Занимаясь такими мерзкими вещами, ты и твоя подружка—одноклассница идёте по наклонной... Вы ведёте себя как бляди... предлагая себя всем... И что дальше? Какая жизнь тебя ждёт дальше? Наркотики? Беспорядочная жизнь? Чтобы потом оказаться в канаве? Да так и надо будет! Не зачем таким жить!

Даже меня передернуло от этих слов... я тогда сказала:

«Саша... не надо так говорить...»

Он осекся: «Да... извини...»

Но это было на него так не похоже! Он никогда так не выходил из себя. Он был просто в шоке. Но я очень боюсь, что его позиция «против нее» и эта фраза «незачем таким жить!» тоже сыграла свою роль.

Вот и получилось, что мы все, как под гипнозом: моя мама со своими страхами, и мы с Сашей столкнувшись со всеми своими самыми жуткими страхами в ту ночь, все мы своим тяжёлым чёрным ужасом толкнули ее в эту пропасть.

Все это было как в жутком фильме ужасов. Медленно. Не реально.

Мы совершали эти поступки, один за другим... Причём как будто даже вопреки своим желаниям. Я не хотела писать своей маме. Ведь, наверное, и моя мама не хотела мне писать это свое сообщение, раз она сделала это не сразу. Я не хотела

открывать Сонин телефон до последнего. Саша говорил, что как будто делал и говорил, не желая этого. Но мы это сделали. Каждый сделал то, что теперь не изменить. Мы могли остановиться, не поддаваться своим страхам. Но мы выбрали бояться. И этот страх и разрушил все. Сначала подточил каждого из нас изнутри, а затем мы все передали его Соне. А уж она никак не могла противиться такому большому, тяжелому страху и своему стыду оттого, что, как ей казалось, она привела нас к этой безвыходной точке невозврата.

Мне удалось только узнать у неё, что физически с ней никто не делал того, о чем было написано в этом и других ее чатах. Ее никто не обижал. Я надеюсь, это так...

И ещё я спросила: «Ты нас хотя бы еще любишь?..» и она ответила тихо: «...да...»

А потом она спросила: «Можно в туалет?»

«Да, конечно...» — ответили мы с Сашей в один голос.

И все. Конец.

Знаки... Они преследовали меня на протяжении всей жизни Сони. Но я не видела их. Не хотела видеть. Насколько эти последние сутки ее жизни были полны этими знаками...

— Не нужно проверять ее телефон...

— Пусть спит, завтра поговорим с ней...

— Пора заканчивать разговор, надо сказать, что любим ее и все будет хорошо...

Мы так и хотели... Дождаться ее из ванной, сказать, что хоть мы и расстроены, но мы переживем это все. И все исправим. И мы любим ее. Очень любим... Но мы не успели...

Мне видимо, нужно было это все написать. Чтобы это не сидело во мне темным и вязким страхом, гневом на себя, болью, что не смогли спасти своего самого важного, и такого беззащитного, запутавшегося любимого человека. Не поддержали. Не сказали, что все будет хорошо, не сказали, что любим ее. И она ни в чем не виновата. И мы со всем справимся...

Сегодня я опять плачу целый день...

И уже в бессильной злости я спросила, как будто в пустоту:

— Зачем мне столько всего? Зачем мне все эти умения и способности? Зачем такой сильный характер? Зачем такая сила воли и такое желание во всем разобраться и все понять? Зачем это все теперь? Когда мне больше ничего не нужно...

И тут я как будто услышала ответ. И я решила его записать. И на каждый мой вопрос, ответ возвращался тут же... Я поспешила записать все, что «услышала»:

- Тебе это нужно для того, чтобы идти дальше.
 - Почему ты не могла идти дальше?
 - Мой путь закончился здесь на Земле. Я выполнила свой план.
 - Но это так жестоко...
 - Да. Ты сама попросила меня об этом перед тем, как мы вернулись на Землю.
 - Зачем?
 - Чтобы ты могла реализовать свой жизненный план. Если ты увидишь свой путь. Если осмелишься.
 - У всего и у всех есть план?
 - Да.
 - Даже у убийц, насильников, инвалидов, несчастных и убогих?
 - Да.
 - У нас был другой вариант? Где ты была бы жива?
 - Да.
 - Почему мы не пошли этим путём?
 - Ты сама выбрала этот путь.
 - Я выбрала твою смерть?
 - Ты выбрала идти более сложным путём.
 - Почему?
 - Тебе трудно даётся твой урок. Ты должна найти своё предназначение. Для этого ты здесь.
 - Ты сможешь мне найти мое предназначение?
 - Я уже помогаю тебе.
 - А если я не справлюсь?
 - Значит, будет так. Нет верных и не верных выборов. Есть опыт.
 - Значит, я получу просто другой опыт, если не выберу, не увижу «свой путь»?
 - Да. Путей много. Свободная воля. Ты можешь выбрать любой.
 - Но есть наилучший путь?
 - Да.
 - Как мне его узнать?
 - Сердцем. Ты почувствуешь. Ты узнаешь. Сам путь будет приносить радость. А не только результат. Ты сможешь его увидеть если...
- Дальше последовала пауза и я испугалась, что я потеряла эту «ниточку»...
- Если? Что если?..
 - Если согласишься, что способна любить. Отдавать. Заботиться. Быть милосердной. Великодушной. Если захочешь принять себя. Свою злость. Обиду. Страх. Боль. Принять и полюбить это все в себе. А потом сможешь и выбирать.
 - Выбирать?
 - Выбирать из этих чувств то, что будет тебе ближе. Нет плохих эмоций. Они все — важны. Любовь и принятие себя — понять это. И любить все это в себе. А затем и в других.
 - Любить гнев?

- Да. Гнев — обратная сторона силы.
- А как же ненависть?
- Ненависть — это не принятая, отвергнутая любовь. Если принять ее, проявится и любовь, которая стоит за ней.
- Получается, что все есть любовь?
- Да.
- Это все пока так... необычно для меня.. Мне нужно время, чтобы это осознать.
- Я знаю. У тебя есть все время мира.
- Спасибо что ты со мной...
- Я всегда с тобой.

7 мая 2022

День 12. Воздушные шары

Сегодня я решила, что пора поменять одеяло, под которым я сплю. Оно тёплое и я укрываюсь им зимой. Но уже май и под ним становится жарко. У меня есть другое, «летнее». Оно хранится под диваном, в специальном бельевом ящике. Я подняла диван, и увидела...

Воздушные шары.
На голубом небе...

Сонино одеяло и подушка. И комплект постельного белья, весь в воздушных шарах и голубых облаках, вернул меня в прекрасное прошлое, когда ее маленькие щечки касались ее подушки, а одна ножка обязательно выглядывала из-под этого одеяла. И я вспомнила все эти прекрасные моменты с Соней. Как я будила ее по выходным. Как обнимала каждое утро...А сколько ещё вещей, книг, игр лежит каждая на своём месте и все так же ждёт свою хозяйку...

Раньше я была такой... как это сказать?.. вещеманкой. Правда я эти вещи и не носила. Они просто лежали большими стопками в плотных кофрах. И ждали своего времени. Время шло, я становилась старше, а потом и вовсе начала стареть и дерзкие платья, яркие туфли, веселые принты — все это стало мне уже поздно носить. Бирки на вещах стыдили меня — «Накупила вещей?! Зачем?! И не носишь?!»

И я стала их хранить для Сони.

В 11 лет она уже начала носить мои вещи. Размер у нас стал приближаться. Она была худенькой, стройной девочкой. И мои вещи размера XS на ней смотрелись легким оверсайзом.

Вот уже и обувь моего 36-го размера подходила для ее 35,5.

Не так давно я стала перебирала свои вещи, чтобы снова отложить партию «для Сони». Мы мерили на неё мои туфли на каблуках, платья, юбки, плащ! Мы смеялись и шутили. Соня смешно передвигалась в кожаных бордовых сапогах на высоком каблуке. Она просила записать эти смешные видео. Я записала, но потом почему-то удалила... Так жаль... Это были хорошие, смешные видео...

— Вот, летом будешь ходить модная! На каблуках! С яркой сумочкой, в Новом платье!

Здорово, думала я! «Ну вот, больше не нужно покупать Соне вещи и обувь!» — как-то сказала я... Да... больше не нужно...

Теперь все ее вещи лежат, стоят или висят на вешалках не тронутыми. Я не могу их просто убрать, я даже не могу их постирать... В шкафу висит ее белая школьная блузка. Это та блузка, в которой она ходила последний раз в школу. Она до сих пор хранит ее запах. И иногда я не могу сдержаться, достаю эту блузку, и пытаюсь уловить еле заметный аромат ее кожи.

Она не любила ходить по магазинам. В отличие от меня, Соня была совершенно равнодушна к вещам. Ей было либо не особенно важно, что на ней надето, либо она мне действительно доверяла в выборе вещей. Чаще всего я заказывала ей вещи онлайн, приносила домой и тогда уже дома мы выбирали то, что ей больше нравится. А однажды я заказала ей белые блузки для школы. В школе был строгий дресс-код. И я заказала сразу много и разных размеров. Те, что не подошли планировала отдать обратно. Но померив все блузки, Соня сказала:

— Мам, да зачем возвращать? На следующий год пригодятся. Чтобы опять не заказывать.

— И то верно, Соня... Давай оставим их до следующего учебного года.

Так они и лежат теперь стопочкой в ее комод, упакованные в пакеты, с неотрезанными бирками ...

Ее любимый цвет был желтый.

Футболки, свитшоты, яркие лосины на физру — бывшие мои тайтсы для фитнеса. Они ей так нравились, что только их она и надевала на уроки физкультуры. И у меня стоят несколько разных коробок с Сониными желтыми кроссовками. Заказала разные, чтобы выбрать. Да так и не смогла выбрать. Оставила все. Просто потому, что ей понравились.

Я помню, как спустя 2 недели после Сониной смерти я выбирала вещи для ее кремации. Брюки, блузка... маечка и трусики... И любимые желтые кроссовки. Я вспомнила все это, обняла Сонину подушку и проплакала так, сидя на диване. Воздушные шары на подушке и небо... «Как птичка» — опять промелькнуло у меня в голове.

Сегодня я увидела фигурку из искусственного камня. Она мне так понравилась! Ух, какая дорогая... И по привычке, я просто отправила фигурку в «Избранное»... Да и равнодушна я всегда была ко всякой подобной всячине.. Фигурки, статуэтки... я называла такие вещи — «пылесборниками».

Но эта статуэтка... В ней как будто была душа... Я узнала, что она называется «Soar» — «Лети». А скульптором оказалась известная американская художница. И у неё есть большая серия скульптур из искусственного камня — Willow Tree. И я поняла, что эта маленькая фигурка девочки, которая отпускает птичку на волю — она напоминает мне Соню, которая улетела на небо, «как птичка»...

И я заказала эту прекрасную фигурку.

Лети, моя милая, лети... Будь свободна, как птичка!

8 мая 2022

День 13. Приходи ко мне во сне

Когда я нашла в ящике белье, на котором спала Соня, я решила, что буду спать на Сониной подушке и укрываться Сониным одеялом. Те самые, с воздушными шарами и облаками. Признаться, я надеялась, что это поможет увидеть ее во сне.

Но с утра я обнаружила 2 вещи: 1) Соня мне не приснилась. 2) Теперь я понимаю, почему Сонино одеяло всегда превращалось в большой комок. Оно и правда само! Буся, теперь я это вижу! Оно скользкое и поэтому норовило все время спутаться в пододеяльнике!

Она не приснилась мне. Она совсем мне не снится:(

Я слышала истории, как погибшие близкие порой снились каждую ночь скорбящим родным... И я бы хотела встречаться с Соней хотя бы изредка во снах. Но этого не происходило.

Лишь пару раз Соня приснилась мне после своей смерти.

И один из этих снов был самым страшным, какой я видела.

Мне приснилось это примерно месяц после спуска Сониной смерти:

Сначала во сне я увидела наш дом, нашу квартиру.

Я зашла в комнату к Бусе. И она жива во сне. Ей лет 8-9. И я захожу в ее комнату, и вижу, что она лежит... в пластиковой коробке. Такие продавались в Икее. Пластиковые контейнеры для всякой всячины. И вот она лежит такая маленькая в этой коробке, свернувшись комочком и плачет. Я подошла к ней и начала разговаривать с ней, гладить ее и успокаивать. Я вижу, что ее просто трясёт от слез. Я испугалась, пошла к Саше поговорить. Подхожу к нему, говорю: «Саша, мне кажется с Соней что-то, ей плохо!» А он отмахивается и говорит: «Да не выдумывай! Нормально с ней все. У нас все нормально!»

Я начинаю ужасно злиться на него за его пофигизм и вечное «Все хорошо, прекрасная Маркиза!» — как и всегда в реальной жизни, меня злило его нежелание признать проблему, чтобы ее решить. И тогда я хватаю подушку и начинаю его лупить этой подушкой. А он вскакивает и начинает кричать: «Ай!» и «Ой!» и бегать от меня по квартире, а я за ним. Бегаю за ним и луплю его этой подушкой, такая злая на него.

И тут вижу, Буся бежит за нами и смеётся! Мне от этого становится тоже весело, и вся эта беготня превращается в баловство. Потом вижу, что Буся веселая, рассказывает и показывает мне, как всегда, что-то. Я понимаю, что все вроде нормально, но надо будет заняться этим вопросом позже. Как и всегда в реальной жизни, я отмечала, что надо бы заняться этим да так и откладывала решение на неопределенный срок.

Потом вдруг мы оказываемся не дома, а как будто в номере отеля. Когда ездили к родителям в Анапу, то всегда останавливались в отеле в Воронеже, чтобы отдохнуть перед вторым днём пути. Саша брал два номера: один — себе и Соне и мне второй, я не могла с ним спать рядом из-за его храпа.

И вот я говорю, что пора ложиться отдыхать, ведь завтра рано вставать и долгая дорога впереди, и я пойду уже в свой соседний номер отдыхать.

Я иду в соседний номер и пока закрываю дверь, мимо проходит очень странный мужчина. Высокий, с длинными волосами, бородой, впалыми щеками. Одет так, как будто сто лет не мылся. Меня слегка передёргивает от его вида, и я думаю про себя: «Надо скорей расправиться с этой дверью». А этот странный мужчина проходит просто мимо, но внутри у меня появляется такой страх...

И тут он резко возвращается, хватает дверь так, что я не могу ее закрыть, и в его руке я вижу нож. И он начинает этим ножом бить мне под рёбра, в грудь, очень сильно и быстро. Я вижу кровь на ноже, и я уже почти не могу дышать, и я понимаю, что умираю. Я кричу, но никто не приходит.

Проснулась я от своего крика.

Возможно, такой страшный сон мне приснился потому, что я подсознательно желала себе смерти? Потому что винила себя в том, что не помогла Соне, так и не

«разобралась с этим», оставила ее в этой коробке, не помогла ей.. Оставила решение на потом?..

Второй раз я увидела ее во сне совсем на минуточку. Мы были вдвоём, и мы ехали на велосипедах. Это было странно, потому что в реальной жизни такого никогда не было. Я плоховато катаюсь на велике. И поэтому мы никогда не катались вдвоем с Соней. Ведь я не смогла бы ей помочь, если бы это было нужно сделать быстро. Зато Саша хорошо справляется с этим. Саша научил кататься Сою. И они вдвоём иногда катались по пешеходным дорожкам летом. А я шла сзади и снимала их на фото и делала видео.

И вот мне снится, что мы с Соней пробираемся через какой-то проезд на велосипедах, какие в избытке есть в центре Питера. Старые, облезлые стены домов и нам нужно проехать коротким путём. И тут я вижу, что в этот проезд пробирается огромный, старый КАМАЗ. Он гремит и скрепит, приближаясь к нам. И я вижу, что места так мало и он вот-вот протрет нас об стену! И я думаю: «Нельзя слезать! Тогда он точно нас задавит!» И я поворачиваюсь к Соне и как могу, спокойно, но четко говорю ей: «Соня, держись за мной, как можно ближе к стене. Он нас объедет!» А сама думаю: «Я очень на это надеюсь! И как нас сюда занесло?! Что же я наделала?»

Этот сон тоже мне приснился где-то только через 3-4 недели после гибели Сони. О чем он был? О том, что я вела ее не туда? Пытаясь найти путь, способ решения, я подвергла ее жизнь опасности?

КАМАЗ все же проехал, и мы остались живы во сне. Но страх за Сою и сожаление о своих неверных решениях оставались во мне. И остаются сейчас.

Еще был третий сон. Совсем короткий. Но очень эмоциональный. Мне приснилось, что я бегу за Соней. А она куда-то очень торопиться. Она бежит так быстро, что я не успеваю за ней. Она не убегает от меня, нет. Она просто очень торопиться куда-то успеть. Там не было тревоги, которая порой сопутствует скорым событиям, кажется, она не боялась «опоздать». Просто она была очень быстрая. И она не собиралась останавливаться. Но я бегу за ней, я тянусь, чтобы прикоснуться к ней, но у меня никак не получается. Мы бежим через толпу, по какой-то городской площади. А на площади проходит какой-то праздник и так много народу. Импровизированные театральные помосты, карусели, деревянные круглые сценки, люди веселятся, танцуют, поют, люди повсюду. Я кричу людям впереди: «Пожалуйста, разрешите пройти! Пожалуйста, расступитесь!» Я так боюсь, что из-за этой толпы Соня не сможет успеть туда, куда она так торопится. Но я даже не уверена, что она знала, что я бегу за ней. Она знала, куда она направляется. Она знала, зачем. Остальное было не важно. Золотые с медным отливом

волосы развеваются на ветру, она такая, какой я запомнила ее. Она бежит, а я за ней, так и не смогла прикоснуться. Не успела.

И больше с тех пор я не видела ее в сне...

С тех пор как я увидела этот сон — больше ничего... Либо абсолютная пустота, либо ничего не значащий и потому совершенно не пригодный для анализа мусор.

С моим сном вообще случилось что-то странное.

До того, как погибла Соня, я ужасно спала. Меня постоянно мучала бессонница. Я могла часами думать о «чем-то очень важном», ворочаться в кровати до утра. Я могла читать всякую чушь до 3-4 ночи и мне тогда казалось это таким значимым... Раньше мне снились часто яркие, эмоциональные сны. Но теперь... ничего...

Я ложусь и засыпаю. Больше мне ничего не важно. Меня больше ничего не волнует, я уже ничего не боюсь. Не боюсь войны. Не боюсь кризиса, дефолта, болезни. Меня не волнуют «умные» аналитические статьи в ЖЖ (Живом Журнале) и комментарии к ним. С момента гибели Сони я ни разу не открыла приложение ЖЖ. Потом я просто удалила его, чтобы оно не занимало место в телефоне. Меня не тянет «почитать ещё чуть-чуть». Осталась пустота. Но эта ночная пустота, наверное, нужна была мне уже очень давно. Как жаль, что я не смогла в своё время сама сделать этого — очистить своё сознание от мусора...

А может быть я стала спокойно спать потому, что больше не боюсь смерти? Ведь сон для меня был — как маленькая смерть. Все прекращается! Меня нет. Я теряю время! Зачем вообще люди спят? Как жаль, что нужно спать, сколько всего можно было бы успеть! Торопишься жить, не успевая понять, что в этой спешке жизнь и проходит.

А теперь... теперь мне некуда торопиться. Нечего бояться, не о чем беспокоиться.

Я ждала ее и жду до сих пор.

Она, мне кажется, приходит ко мне иногда днём. В виде необычных мыслей—диалогов. В виде творческой музыки. В виде не свойственного мне великодушия, вместо надменного сарказма. В виде благодарности или чистой радости от простых, «живых» вещей.

Много лет я не могла нормально спать. И вот сейчас я сплю. И по ночам ничто не беспокоит меня. Чтобы днём у меня было достаточно сил жить.

P.S. Приходи к мне во сне...

9 мая 2022

День 14. 9 мая

Сегодня День Победы.

В этот день мы обычно гуляли, радовались первым тёплым дням, радовались жизни. Вспоминали, как нам повезло жить в мирное время. Мы поздравляли моего дедушку, который прошёл войну. Ехали на прогулку в парк на Крестовский остров, и гуляли там. У меня есть фото: мы все вместе, улыбаемся, Соня ест мороженое и успевает поставить «рожки» нам, пока я или Саша пытаемся сделать совместное селфи.

В один из дней Победы Соня с Сашей гуляли вдвоём. Я не помню, почему не пошла, может заболела. И у меня есть фото, сделанное на его телефон: Соня забралась на высокую горку-туннель и сидя на ней, свесив ноги, машет нам, глядя сверху вниз. «Как будто ангел на облаке машет нам» — подумала я, увидев это фото снова среди других фотографий пару месяцев назад. Или как будто прощается...

День Победы. Выходные! Яркое солнышко, весна в самом разгаре, обещание новой, счастливой жизни. Так и было, каждый год. Разве я могла себе представить, что может быть иначе? Это мирное небо над головой, ради которого погибли наши дедушки, теперь осквернено. Братске народы, которые сражались 80 лет назад бок о бок с общим противником, теперь навсегда враги.

Нет ничего страшнее войны. Особенно, если гибнут невинные люди. Дети.

«Это война...» В ту страшную ночь я помню, в моей голове почему-то мелькнула эта фраза. Многие дети стали ее невольными участниками в те страшные дни. Волна детских самоубийств накрыла Россию в конце февраля и марте 2022.

День Победы 2022 года я запомню, потому что этот славный день памяти осквернён войной. И это первый День Победы за 12 лет без Сони...

10 мая 2022

День 15. Далеко-далеко

Вчера было 9 мая.

«Все равно пойдём гулять!» — сказала я решительно. И Саша был не против.

Вот так, по традиции, мы все же решили выйти на свежий воздух с Сашей. Вдвоём. С утра Саша был задумчивый. А потом сказал мне:

— Я тут подумал... Оля, если ты захочешь уехать... через полгода... То я не буду против. Даже если ты уедешь далеко-далеко. Главное, чтобы ты была счастлива.

— Хорошо... Спасибо, Саша! Я рада, что ты меня понимаешь!

— Но ведь ты будешь со мной держать связь? Мы же будем общаться?

— Да, конечно!

— Хорошо...

И мы пошли гулять, взявшись за руки. Я все ещё немного прихрамываю, но с каждым днём я хожу все лучше и лучше!

Мы сейчас иногда гуляем в Юнтоловском парке, когда хорошая погода. У нас там есть речка Глухарка. И недавно там сделали очень красивую эко-тропу вдоль речки. Набережная теперь украшена деревянным помостом, вдоль которого расположили скамейки, качели, навесы и беседки. На входе в парк — огромные надувные горки, которые открываются весной и работают до конца тёплых осенних деньков. Соня каталась не раз на этих Горках. Дети радостно носятся, родители прогуливаются следом. Хорошее место.

Мы, как обычно, прошли вдоль набережной, чуть посидели на скамейке, глядя на воду, и отправились обратно.

Когда мы уже шли к машине, Саша сказал:

— Посмотри на небо.

Я подняла голову. Над нами было огромное белое облако.

— Смотри, как будто девочка сидит на облаке. Видишь, у неё забавная прическа, у нее два хвостика. Она сидит и ножки свесила.

— Да... вижу!.. и правда!

Сделав пару шагов, я поняла, что Саша плачет...

Мы сели в машину и плакали уже вместе, пока ехали на стоянку. А потом плакали на стоянке.

— Я просто очень по ней скучаю... — сказал Саша.

Потом он задумался и через минуту добавил:

— Кажется, мне кое-что только что передала Соня.

— Что?.. — спросила я.

— Она спросила: «Папа, помнишь, ты сказал, что даже если мама решит уехать очень далеко, то для тебя главное, чтобы она была счастлива?»

Я ответил: «Да.»

Тогда она сказала мне: «Папа, я хотела, чтобы ты знал. Хоть я сейчас и далеко-далеко... Но я тут очень счастлива!»

11 мая 2022

День 16. Одиночество вдвоём

Вчера я злилась. Да. Снова злилась. Теперь это происходит так часто и так... молниеносно. Волна гнева внезапно накрывает тебя с головы до ног и кажется, нет никакой возможности противостоять этому шквалу эмоций...

И такие дни бывают. И последние недели все чаще.

Вчера поделилась с мамой впечатлениями о нашей недавней прогулке с Сашей, когда мы гуляли вдвоем на 9 мая. Написала маме про девочку на облаке, про счастье, которое «живет» где-то очень далеко. Про то, как любящий человек делает выбор в пользу любимого: «Где бы ты ни была и что бы ты ни делала, лишь бы ты была счастлива!» Хотела поделиться с мамой нашей светлой грустью, надеждой. Но что же получила в ответ? Комок страхов и комплексов. После этой «беседы» было такое ощущение, как будто, как бумажку в кулаке смяли... что-то светлое, чистое.

Моя мама эти 2 с лишним месяца очень поддерживала меня. А вот не сдержалась в итоге и выдала как под копирку все свои сожаления, страхи и осуждения. Прочитав историю о девочке на облаке, которая напомнила нам Сою, мама даже не заметила ее присутствия в этой истории. Мама увидела только опасность. Опасность, что мы с Сашей расстанемся. И она писала и писала мне о том, как я нуждаюсь в помощи и поддержке Саши, что мне нельзя уезжать, нельзя «рвать связь». Что я такой вот сложный человек, который может все разрушить в один миг.

Рвать связь?.. Но ведь речь в той истории как раз и была о том, что между любящими людьми эта связь не рвётся никогда. Даже смерть не может разлучить людей, которые по-настоящему любят. Эта история была о принятии и уважении чужого выбора. О безусловной любви. Мужа к жене. Отца к дочери. Соня «рассказала» о том, что у неё все хорошо, и чтобы папа поверил и понял ее, она дала ему для осознания самый простой и понятный для него пример: «Если ты искренне готов был отпустить маму, чтобы только она была счастлива, то ты поймёшь и порадуешься за меня!» Но либо история была слишком сложна для мамы, либо ее страхи слишком велики.

Я понимаю, у неё свои жизненные принципы. Я понимаю, жизнь для мамы — сложный и рискованный квест. Она иногда напоминала мне персонажа из мультфильма «Семейка Крудс». Там был такой всего опасующийся отец семейства. Он

рассказывал каждую ночь «страшилки» всей семье о том, как глупо, опасно, не разумно быть любопытным, искать и пробовать что-то новое.

Она так боится, что я останусь одна. Что я оттолкну любящих людей и останусь в одиночестве. Я не сказала маме, что знаю, как часто это бывает, когда люди, которые живут вместе, так близко... порой самые чужие друг другу... Одинокие люди. Даже когда они «вдвоём». Одиночество вдвоем...

12 мая 2022

День 17. Топ-чарт 10

Под впечатлением беседы о моем будущем с мамой вчера, вспомнила о том, почему долгое время не могла сказать о произошедшем дальней родне. И многим людям, которых когда-то считала друзьями. И о том, почему даже сказав правду, просила больше всего о том, чтобы мне не писали и не звонили. Чтобы не пытались выражать свои соболезнования.

И как тут быть, не знаю. Вспоминаю об этом, когда очередной «родной и близкий» удивляет своей «поддержкой». И как реагировать, если с этим человеком связывают родственные узы, тоже не знаю. Только и остаётся, чёрный юмор — наше все. Без улыбки на такое реагировать ещё труднее. То ли это глупость, то ли бестактность, может страх или не способность понять и сопереживать?.. А скорей всего, всего понемногу.

Так что, представлю топ-10 самых бестактных, глупых, а порой откровенно дебильных «слов поддержки» от «родных и близких» и вообще ни разу не таких:)

10 место. Тетя Оля из Пскова.

Моя двоюродная тетя из Пскова, услышав от меня о случившемся, стала «вслух» говорить свои мысли, сомнения и страхи:

— Ох-о-хо... Что же теперь делать то... да.... Ну, можно, конечно, ещё родить... а, хотя... уже и возраст не тот...

9 место. Катя.

На следующий день после смерти Сони, наш друг Димка отвёз нас в санаторий «Дюны», чтобы мы немного пришли в себя, сменили обстановку и побывали на природе. Через пару дней Димка и его жена Катя приехали проведать нас там.

Саше нужно было выйти поговорить с Димкой. А меня оставили с Катей.

Когда они вернулись, Саша сказал, что испугался, увидев меня: он рассказал, что я сидела с пустыми глазами, полными слез, глядя в одну точку. Катя ничего этого не замечала (или не хотела замечать), и продолжала вещать про то, что ее любимые

магазины закрываются в связи с военными действиями на Украине. Она сетовала на то, что теперь ей негде будет покупать хорошую рыбу, ведь только от рыбы из Призмы «меня не поносит и я не сижу на унитазах часами» (это, если что, цитата!), о том, что теперь не купить хороших пакетов с прошитыми ручками. И как теперь жить без рапсового масла, которое продаётся только в финских магазинах. Из этого совершенно особенного масла Катя делает шикарный домашний майонез. И закатывает всегда несколько баночек — себе и обязательно своей дочке!

«...Своей дочке... да, у Кати же есть дочка... дочка... Моя доченька, я тебя больше никогда не увижу...» — вот что было у меня в голове, когда Саша с Димкой вернулись. Мне тогда показалось что эта пытка длилась вечность... хотя Саша сказал, что они вышли буквально на 10-15 минут.

С тех пор я боюсь оставаться наедине с Катей.

8 место. Администратор частной музыкальной школы.

Когда мы вернулись из санатория, дня через 4, Саша решил ходить на частные уроки игры на гитаре. Нам нравился преподаватель гитары, к которому ходила заниматься Соня. К тому же, оказалось, что Саша давно мечтал научиться. И я очень была рада, что он будет играть Сонины песни на Сониной гитаре.

Мы решили зайти в эту школу и узнать, можно ли ему воспользоваться оставшимися занятиями вместо Сони. Администратор школы знала о том, что Соня погибла. Мне пришлось ей сказать, вернее написать. Она спрашивала, придёт ли Соня на занятие в пятницу. И мне пришлось сказать о причине отмены этого и всех последующих занятий. Администратор записала какое-то пафосное, полное шаблонных высокопарных фраз аудиосообщение. Для меня давно люди, которые записывают вместо текстовых аудиосообщения, не спросив удобно ли это для адресата, попадают в разряд «эгоцентрик 40-го уровня». А тут ещё и в такой ситуации. Я даже дослушивать это не стала...

Так что, когда администратор открыла нам дверь, мы были очень удивлены... Потому что она встретила нас широкой улыбкой и веселым приветствием: «Здраавствуйте!» Мы оба растерялись, и я поняла, что в один момент мы с Сашей вместе подумали, что она просто забыла, кто мы такие. «Странно, ведь буквально 5 дней назад мы все вместе были здесь на домашнем концерте у Сони. Неужели она нас забыла?»

— Ну?! Как у вас дела? — все так же широко улыбаясь, спросила администратор Анастасия.

— Эээ... — мы оба, и Саша и я были растеряны... — Вы нас помните?

— Конечно! Вы были недавно на домашнем концерте!

— ... Да... но... мы... я вроде писала Вам... вы знаете, что произошло?..

— Ну да, знаю.

— Соня погибла.

— Ну да, я знаю.

Она все так же продолжала улыбаться...

Это было настолько странно, что мы попытались как можно скорее узнать все что нас интересует и поскорее уйти. Такая странная реакция была у этой девушки, что я даже не берусь ее понять.

7 место. И снова Анастасия — администратор музыкальной школы.

Когда Саша уже ходил на занятия к преподавателю гитары, я решила попробовать научиться играть на пианино. И оказалось, что именно Анастасия — преподаватель игры на пианино в этой школе. Ох, как это было рискованно! Но, я рискнула. Перед тем как прийти на пробный урок, я написала Анастасии:

— Анастасия, я хотела заранее узнать у вас очень важный момент. Сейчас у меня не самое простое время. И я сейчас замкнута и редко улыбаюсь. И когда вижу, что кто-то другой улыбается, мне не комфортно. Для Вас не будет проблемой это?

Ее ответ тоже попал в рейтинг «самые нелепые ответы людям в горе»:

— Нет. Меня это совершенно не беспокоит. У каждого свои трудности.

Эээ... свои трудности... да она — королева эмпатии!...

— Ну, с другой стороны, мы ведь не улыбаться друг другу будем, а заниматься музыкой. — ответила я.

И нам бы на этом и закончить. Но, анти-эмпат, а по-простому эгоцентрик, не был бы собой, если бы не попытался «сгладить углы»:

— Пару лет назад у меня умерла бабушка. И это были такие эмоции, которые меня саму скажем так, удивили. Так что я вас понимаю!

Я ей ответила:

— Нет. Не понимаете. И вряд ли когда-нибудь поймете.

Тут ей хватило ума извиниться за свои слова. И я все же решила сходить на пробный урок. На пару уроков я ходила. Но потом по той же причине — нелепое, неадекватное и бестактное отношение, отказалась заниматься у Анастасии. Подарила свой абонемент Саше.

6 место. Тетя Лилия. Сестра моей мамы.

Когда-то в детстве мы были очень близки. Она была веселая, боевая, такая смелая. Уехала после школы учиться в Петербург. Трудолюбивая и упорная. А потом она вышла замуж. И постепенно я перестала ее узнавать.

Когда Соня погибла, моя мама рассказала тете Лиле о случившемся. Я потом не раз пожалела об этом... Тетя звонила, говорила и писала какие-то шаблонные нелепые фразы. Но сначала меня это хоть и удивляло, но не очень задевало. Ну живет человек со своими религиозными представлениями, ну не приходит ей в голову, что у кого-то другого эти представления могут кардинально отличаться... Ей не приходило в голову это, поэтому она активно и настойчиво вещала о том, как мне

нужно хоронить мою дочь. Что там происходит с душой моего погибшего ребёнка, как к этому относится Церковь и прочее прочее.

Все это для меня были пустые звуки, мне совершенно плевать на мнение какой-то церкви, на какие-то вековые обычаи и уж тем более, что там подумает седьмая вода на киселе из Псковской родни... Я просила тётю не писать мне все это, сначала очень спокойно и осторожно пыталась донести, что у меня немного другие представления о жизни и о смерти.

А тётя активно выражала «сочувствие», и продолжала спрашивать «ну когда же планируется прощание с Соней?». «Какое ещё прощание?» — я все не могла понять, — «Ведь я же ей сказала, что похорон не будет, а кремация будет закрытой. То есть туда никто не будет приглашён» ... Но у тётки были свои представления, о том, как все должно быть. И мы ещё не раз с ней были на краю ссоры.

5 место. Катя.

На следующий день после Сониной смерти, мы провели несколько часов в кабине у следователя. За нами приехал наш друг Димка. И вместе с ним приехала его жена — Катя.

Когда мы вышли, мы были почти без сознания с Сашей. Шок от случившегося, и всего пара часов сна давали о себе знать тяжелой усталостью. Мы были на грани нервного срыва. Или даже уже за гранью. Как только мы закончили и вышли из кабинета, Катя начала обнимать то Сашу, то меня. И при этом она без остановки говорила: «Поплачь! Поплачь! Поплачь!» Плакать я не могла. Наверное, это был шок. Плакал Саша. А я не могла. И ее просьбы «поплакать» ещё больше меня раскачивали. Я начала думать: «Наверное я социопат... У меня погиб ребёнок, а я даже плакать не могу...»

Когда мы вышли из здания полиции, Катя обняла меня (вот это бесцеремонное хватание людей в попытке обнять их покрепче — это тоже очень странно...) Крепкие объятия сопровождалось страдальческими фразами типа: «Ох, какое горе! Ох, что же теперь делать! Такое горе!» И я, все ещё думая о том, какая же я бесчувственная садистка, что убила своего ребёнка и теперь не проронила и слезинки, ответила на это: «Да. Такое горе. Особенно, когда в этом виновата я сама». На что Катя тут же нашла ответ: «Ну а кто ж ещё то, Оленька? Кого ж винить то ещё? Это ж ваш ребёнок!»

На секунду мне показалось, что я теряю сознание от услышанного. Вернее от мысли, что да, все так.. Тут как раз подошёл Саша (слава Богу...) и посадил меня в машину. Я вырубилась в машине и очнулась только, когда мы приехали к дому. Сейчас мы вспоминаем это «Ну а кого ж винить то, Оленька! Это ж ваш ребёнок!» с долей оочень чёрного юмора. Но в тот момент это казалось до крайности жутко и даже жестоко.

4 место. И снова, Тётя Лиля.

Открытая ссора с тётей все же случилась. Такая, что с той поры я больше не писала и звонила ей. После первого визита к психологу я почувствовала в себе силы сообщить о том, что произошло дальней родне. С одной стороны были родные моего папы, с другой дальняя родня моей мамы.

С родственниками по маминой линии регулярно общалась моя тётя Лиля, мамина сестра. Та самая, которая регулярно обескураживала меня своими «дельными советами» и шаблонными скорбными фразами. Ей уже пришлось скрыть смерть Сони, ведь это случилось меньше чем за неделю до 8 Марта, когда принято всем родным звонить и поздравлять с праздником. Как раз близился новый праздник — Пасха. И я хотела избавить тётю от необходимости скрывать дальше. Я позвонила ей и сообщила, что планирую рассказать о случившемся Псковской родне. Тётя, кажется, была этому рада, но тут же предложила свою помощь — она хотела сама позвонить и сообщить обо всем. Я засомневалась, и спросила:

— А как ты им скажешь?.. И что ты им скажешь?

«Не так-то просто рассказывать о самоубийстве» - подумала я. Но тётя Лиля с энтузиазмом ответила:

— Я уже думала над этим! Я скажу, что это был несчастный случай!

— Как это несчастный случай?.. — такого поворота я не ожидала...

— Скажу, что Соня играла на окне и случайно выпала из него!

От этой нелепой идеи я чуть не поперхнулась...

— Играла ночью, зимой у открытого окна?... — я не могла поверить, что она это всерьёз...

— Ну бывают же несчастные случаи... дети выпадают из окон! — тётя Лиля явно была расстроена, что ее «гениальная» идея осталась без внимания.

— Лиля, ей было 11 лет... она уже была не ребёнок...

— Ну а что я должна им сказать? — уже с ноткой возмущения в голосе спросила Лиля.

— Так ничего не должна. Лучше я скажу им.

— И что ты им скажешь?! — нетерпеливо попыталась Лиля.

— Не знаю... Скажу, что Соня погибла... и все...

— Но они же будут задавать вопросы! Они будут спрашивать: «Как это произошло?» и «Что случилось?»

— Я скажу, что не могу пока об этом говорить...

— Но они все равно будут спрашивать!

— Ну хорошо, скажу, что это был несчастный случай... — растерялась я

— Ну вот и я о том!

— Но я не стану говорить, что она выпала из окна. Это бред какой-то...

— Оля, ты понимаешь, что они будут и меня спрашивать?! Они точно будут выпрашивать у меня подробности!

— Но ты же можешь сказать, что ты не знаешь подробностей... — я искренне не понимала, что же тут сложного? Кто же в здравом уме будет лезть в душу человеку, у которого погиб единственный ребенок?... Но оказалось такие люди есть и они совсем близко. И один из них сейчас вел со мной этот странный спор.

— Нет! Я не могу так сказать! Я не хочу им врать! — не унималась Лиля.

Тут я тысячу раз пожалела, что разрешила моей маме все рассказать этой упрямой и бестактной женщине, которая живет с четкой уверенностью, что только ей одной известно, как думать, как поступать и жить всем вокруг...

— Хорошо. Тогда я позвоню и скажу все как есть.

— Как это — «как есть»? - продолжала Лиля уже испуганно и недоверчиво.

— Скажу, что Соня покончила жизнь самоубийством. — я сказала это холодно и даже жестко. Меня порядком утомил этот нелепый спор.

— Почему ты со мной так разговариваешь?! — вскинулась Лиля, вдруг переходя на высокие ноты.

— Как? — в контраст сказанному, я спросила спокойно и холодно.

— Как будто я в чем-то виновата! — теперь уже я слышала в ее голосе капризные и обидчивые нотки. А еще я почувствовала, что всего за 2-3 минуты этого странного разговора я растеряла всю ту хорошую энергию, которую смогла собрать в себе благодаря помощи психолога. От моей мотивации почти ничего не осталось. Вся эта трусость, глупость и малодушие опустошили мои силы. Я почувствовала, что этот разговор не кончится по-хорошему. Но у меня просто больше нет сил терпеть весь этот бестактный эгоистичный бред. И пора было заканчивать этот бессмысленный спор:

— Лиля... я не общаюсь с этими людьми много лет... Мне глубоко плевать, что они подумают или скажут. Я хотела сделать так, чтобы тебе было легче. Чтобы тебе не пришлось им врать, раз ты говоришь, что для тебя это неприемлемо. Но я не собираюсь выдумывать какие-то небылицы. Если ты говоришь, что не хочешь им врать, значит я скажу им правду, как есть.

— Ты могла бы быть и более терпимой!

— Какой мне быть?! — я все так же чувствовала смесь растерянности и возмущения, слыша, как Лиля пытается учить меня как мне себя чувствовать и что говорить.

— Почему ты меня делаешь виноватой?! — уже срываясь на крик, продолжала Лиля.

— Что?.. — и я чувствую, как почти задыхаюсь... мое недоумение и растерянность постепенно переходят в презрение и гнев.

— Ты агрессивно настроена! Я это чувствую! Ты повышаешь голос на меня! Почему ты такая агрессивная?! — уже в истерике кричала Лиля.

— Агрессивная?! Я? Почему я повышаю голос? Да потому что ты не слышишь меня! Есть два мнения — твоё и неправильное. И это ужасно тяжело — каждый раз спорить с тобой, доказывать что-то! Особенно сейчас...

— Это только твое мнение! — по-детски упрямо вскинулась Лиля.

Я помедлила пару мгновений, а потом ответила ей:

— Нет, Лиля. Я, наверное, тебя удивлю или расстрою, но не только мое...

Я положила трубку и набрала номер тети Оли из Пскова. И рассказала ей правду. Среди прочих слов соболезнования, именно тетя Оля из Пскова получила своё почетное, 10 место за фразу, что мне уже ничего не сделать и мне уж поздно планировать новых детей.

Ну и сразу... 3 место.

Снова достаётся тете Лиле:)

После того, как я выслушала «соболезнования» от тети Оли из Пскова, я снова позвонила тётё Лиле, чтобы сообщить ей, что правду больше не нужно скрывать.

— Лилия, я сказала все Псковской родне.

— И что ты сказала?

— Правду. Соня покончила с собой. Она выпрыгнула из окна.

— Ты могла бы быть более корректна!

— Что?..

— Можно было и помягче сказать.

— Как сказать помягче о суициде?! — опять сорвалась я.

— Как ты со мной разговариваешь? — тут же снова вскинулась тетя.

— А как я с тобой разговариваю? Я говорю тебе правду, которую ты слышать не готова.

— Ты просто используешь меня, чтобы сливать свой негатив!

— Что?..

— Почему ты так негативно настроена!?

— Негативно настроена?.. Почему я.. что?... **ДА ПОТОМУ ЧТО У МЕНЯ, БЛЯТЬ, РЕБЁНОК УМЕР!**

И я просто... бросила трубку...

Даже сейчас, вспоминая об этом, мне трудно дышать... Я не могу и не хочу больше пытаться. Такая вот попытка не поссориться с моей когда-то любимой тётёй была ни одна за эти несколько недель. Но эта, последняя наша ссора... Просто закрыла все то хорошее, что когда-то я любила и чем так дорожила в наших отношениях с ней.

После этого разговора мне предстояло позвонить папиной сестре, тете Свете и моему прадедушке Васе. Я-то как раз больше переживала, как я скажу о случившемся родне моего папы, ведь мы практически не общались и не были близки. А дедушке в этом году исполнится 95 лет, и я переживала, как сказать ему, чтобы не навлечь проблем с его здоровьем. И поэтому, отложила разговор с папиной родней «на потом», как более сложный. И хорошо, потому что этот разговор очень

мне помог. Моя тетя Света, родная сестра моего папы, приняла новость очень... адекватно. У ее дочери, то есть моей двоюродной сестры Маши, случилось горе несколько лет назад. Она тоже потеряла ребёнка, девочку. Она родилась с серьезными нарушениями и не прожила дольше недели. Поэтому тетя Света меня понимала лучше других.

Она сказала именно то, что «нужно», она не выражала своих мнений и не давала суждений. Мы с ней разговаривали так долго... и я ей очень благодарна за это.

2 место. Вова, родной брат Саши.

Спустя всего пару дней после смерти Сони Сашин брат, Вова, позвонил Саше. Но оказалось, что он позвонил не для того, чтобы узнать, как Саша, как мы. И не для того, что поддержать брата. Ему нужно было лекарство для его дочери. Которое он уже в который раз забыл купить. Это лекарство необходимо его дочери каждый день. Вот уже много лет подряд. Они с женой так старались родить ребёнка, делали ЭКО, его жена лечилась от бесплодия. И вот, мечты сбылись! И у них родилась девочка. Со странным заболеванием, судя по всему, аутоиммунным. И не поддающимся лечению. И теперь этой девочке необходимо каждый день колоть редкое лекарство. Девочка так нужна была своим родителям, что теперь большую часть жизни почему-то проживает с бабушкой, Сашиной мамой. А что же родители?.. Они очень заняты. Работают!

Из-за плохой памяти Сашиного брата Вовы — отца этой девочки, матери девочки и даже ее бабушки, у которой она постоянно проживает, Саша уже не в первый раз ищет это редкое лекарство по всей России. Спрашивает у знакомых врачей и фармацевтов и каждый раз находит, заказывает его каким-то нереальным образом, ведь лекарство продаётся только по рецепту. А рецепта у них почему-то нет!.. Один раз он нашёл его и попросил друга привезти его из Москвы. И помню, даже как-то планировал ехать за ним в Германию, потому что в России его не могли найти. И это происходит всегда в самый последний момент. Как можно забыть о жизненно важном лекарстве для своего ребенка? Как можно делать это с завидной регулярностью?..

И в этот раз произошло точно так же. Сразу после смерти Сони, Сашин брат позвонил и как ни в чем не бывало, снова попросил найти лекарство для его дочери. И Саша снова его нашёл. И снова отправил его своей племяннице. Поисками лекарства он занимался в перерывах между решением вопросов о похоронах своей дочери. Я никогда не смогу понять этого. Никогда.

1 место. Сашина мама.

Но самое большое открытие для меня было — это мама Саши.

За 2 месяца ни мама, ни его брат ни разу не позвонили и даже не выразили соболезнований.

Саша берег свою маму и сначала сказал о произошедшем своему брату Вове.

Брат передал о случившемся маме. Но мама так и не позвонила и не написала. О себе я не говорю. Но не позвонить своему сыну и не поддержать его в самую трудную в его жизни минуту... Почему?.. Никто так и не понял. Официальная версия — «маме слишком тяжело». Маме тяжело, да. Матери, потерявшей своего единственного ребёнка тяжело. Отцу, потерявшему свою единственную, любимую девочку. Ему тяжело, да. Твоему сыну тяжело! Твоему родному ребёнку сейчас тяжело!

Так и осталось для меня загадкой эта «материнская и братская любовь и поддержка». У меня не очень-то получилось сделать из этих двух последних историй что-то смешное. Потому что это не смешно. И даже не грустно. Это просто жутко...

Когда психолог на второй встрече узнала об этом, она даже «поперхнулась», то есть она просто не смогла закончить предложение. Так и застыл на ее губах и во взгляде немой вопрос: «Как?...» но, конечно, она взяла себя в руки и сказала: «Ну, что ж.. у каждого свой способ переживать горе... А что Вы думаете об этом?» — спросила она меня. И я честно ей ответила:

— Я ничего не хочу знать об этом человеке. Она для меня теперь чужая. Просто посторонний человек.

— Я понимаю. И да. Вы имеете полное право воспринимать эту ситуацию таким образом.

— Да. Я знаю.

Его мама собиралась позвонить недавно.

— Сломалось, наверное, что-то опять на компе... «Паук» что ли не работает?.. — съязвила я. («Паук» — это пасьянс. Стандартная игра на компьютере. Сашина мама использует компьютер только для игры в «Паука»).

— Ну, Оля... — Саша виновато и тоскливо опустил глаза.

— А что? Она же звонит раз в месяц только если что-то на компе не работает. По-другому то поводу и не звонит никогда...

Я очень хотела бы ошибаться. Но и в этот раз, я, к сожалению, не ошиблась...

Что-то у неё там опять сломалось... и Саша час ей пытался помочь исправить проблему. Ну мне все же удалось в итоге пошутить:

— Ну как, починил?

— Да...

— Ну, слава Богу! Мир и «Паук» в безопасности!

И Саша, хоть и смущенно, но улыбнулся:)

Посторонние люди. Те, кто в трудную минуту могут поступить вот так — бросить любимого человека, отвернуться от него. И вспоминать о нем только тогда, когда становится что-то нужно. Это чужие люди. Просто прохожие, которые идут мимо.

Малодушие и трусость. В такой ситуации хуже вообще ничего не сказать, сделать вид, что ничего не произошло, чем «ляпнуть» шаблонную глупость.

13 мая 2022

День 18. Злость как защита

Последнее время я много злюсь... Я не могу с собой ничего поделать. Иногда удастся остановиться на полпути, а иногда нет. И тогда эта злость, освобождаясь, охватывает меня, позволяя говорить то, что думаю, чувствовать этот гнев внутри меня. Вспоминая сны, которые снились мне о Соне, я вспомнила еще один. Этот яркий сон приснился мне примерно месяц назад, когда мы были у моих родителей, в Анапе.

Мне снилось, что я в своей школе, рядом одноклассники. Но я уже взрослая. По крайней мере я себя такой ощущала. Я сижу со своей соседкой по парте. И она вдруг отталкивает мою тетрадь. Случайно или нет? Тетрадь отлетает на другой конец парты. Я поднимаю голову и вопросительно смотрю на соседку. Но на ее лице безразличие и даже ехидная улыбка, что-то типа: «Ну а что такого, подумаешь!» Увидев это, решение приходит моментально. Резким движением я смахиваю ее тетрадь так быстро, что тетрадка улетает с парты и падает на пол. Соседка возмущенно вскрикивает: «Ты что?!?» А я смотрю на нее в упор, молчу, но в моем взгляде уверенное спокойствие и вызов: «Сделаешь такое ещё раз? — Получишь в ответ!»

Этот вскрик соседки слышит учитель и отвлекается на нас: «Что там происходит?» — «Она сбросила мою тетрадь!» — обиженно кричит соседка со своего места. Я молчу. Я не собираюсь пререкаться. Не собираюсь оправдываться. И мне все равно что будет. «Отсядь!» — командует учитель. И я, удовлетворённая тем, что могу сменить место на более комфортное — ведь там не будет соседей, ухожу на заднюю парту, сажусь, чтобы продолжить свою работу в гордом одиночестве.

Урок продолжается. Учитель задаёт вопрос. Я знаю ответ. Но никто не поднял руку, чтобы ответить. Я поднимаю руку. Учитель, ещё под впечатлением недавнего инцидента минуту назад, нехотя спрашивает у меня ответ. Я отвечаю. Ответ правильный, но не полный. Тут остальные сразу понимают в какую сторону нужно думать, и начинают тоже тянуть руки. И, прежде чем я дополню свой ответ, подсакивает обеспеченная троечница, которая всегда любила быть в центре внимания. Она выкрикивает без разрешения учителя необходимые дополнения к правильному ответу. Учитель довольно улыбается и хвалит ее. Я думаю про себя: «Что за... никто не знал что ответить, и тут она ее хвалит за украденный ответ?..»

Видимо мой недовольный вид привлекает и учителя, и одноклассников. Кто-то скалится в ехидной улыбке, кто-то просто смотрит с любопытством. А я вдруг говорю им: «Вы так и останетесь тут. Будете прогибаться, юлить, лгать. Зачем? В чем смысл такой жизни? Стараться казаться самыми умными? Самыми успешными? Но это же не так! Вы просто кучка подлых шакалов...» я встаю и выхожу из класса.

Урок заканчивается, и я понимаю, что мне не за что себя винить. Я все сделала так, как нужно. И да, я буду отстаивать своё мнение, я все равно буду идти своим путём, до конца. Потому что я знаю, вернее чувствую, где для меня «правильно», а где нет. Где правда, а где подлость и ложь.

Я выхожу из школы, зная, что мне нужно идти в другое здание (тут я понимаю, что это уже не школа, а Университет). Мне нужно встретиться со своим научным руководителем, чтобы обсудить мою дипломную работу.

Я выхожу на улицу и вижу, что на встречу мне идёт... Моя любимая бабушка! Она была учителем математики в старших классах в школе, в которой я училась. Она умерла, когда мне было около 20 лет, то есть почти 20 лет назад. И я думаю про себя: «Как? Бабушка преподаёт здесь?!» Бабушка подходит и обнимает меня! Я обнимаю ее, и я так рада ее видеть! А потом я начинаю оправдываться, мне немного стыдно, что я устроила на этом уроке. Опять не сдержалась, опять не проявила «должного уважения» и терпения... Но бабушка говорит мне: «Все правильно. Я видела все. Ты все правильно делаешь. Ты хорошо справляешься. Ты защищала себя.»

Я очень рада ее словам. Ведь это значит, что я могу оставаться собой.

Я иду на встречу со своим научным руководителем. Вхожу в кабинет, сажусь, готовая к беседе по теме моего диплома. И тут я вижу, что мой научный руководитель — любимая Сонина учительница по английскому языку! И я снова очень этому рада! Она строгая и справедливая! Соня именно за это ее и уважала. Она смотрит на меня, улыбается и я понимаю, что моя жизнь и есть моя дипломная работа, которую мне вроде как нужно с ней обсудить. Но она ничего не говорит мне, а только смотрит на меня и просто улыбается...

А дальше я просыпаюсь...

Прототипом подлого учителя на том уроке из моего сна я, скорей всего, видела директора нашей школы. Она вела у нас уроки физики. Она была очень слабым учителем и не очень порядочным человеком.

Детей она не любила и все что ее интересовало — это спонсорские «пожертвования» школе от богатых родителей детей, коих в нашем классе было предостаточно. Она была очень грубая и жёсткая, могла просто ударить ребёнка, причём, любого

возраста, даже очень маленького, если ей казалось, что он ведёт себя не подобающе. Однажды и мне досталось. Дети играли на переменке, и мне попало просто потому, что я первая, кого она смогла ухватить. Рука у неё тяжёлая...

Она жестко критиковала детей, читала морали и нотации налево и направо. Девочкам в старших классах запрещалось пользоваться косметикой, и носить любые причёски кроме одной: «Волосы должны быть убраны!» Длина юбки каждой школьницы замерялась директрисой автоматически, на глаз. И если эта длина не соответствовала ее нормам, то девочка тут же отправлялась «на ковёр», где ей промывали мозги не самым педагогичным образом, оскорбляя и унижая.

Потом как-то случайно, я увидела ее дочь. Она выглядела то ли как матрёшка, то ли как представительница той самой древней профессии. Красные губы на поллица, брови как у Цыганки, косметики было так много, что казалось, что она вот-вот облупится и упадёт, как старая штукатурка со стены! Куча безвкусной бижутерии, короткая юбка, которая больше напоминала пояс. В целом своим видом она напоминала Марфушку из сказки Морозко. К тому же она вроде была известна своими «похождениями», и потом «прославилась» то ли ранней беременностью, то ли наркотической зависимостью. Так что учитель физики — наш директор школы, вполне могла быть «прототипом» плохого учителя и педагога-ханжи в моем сне.

С одноклассниками в старших классах у меня были сложные, натянутые отношения. Вернее, не было никаких.

Когда-то, классе в 9 я случайно «сдала» большую часть нашей богатенькой тусовки классной руководительнице. Это случилось после танцевального вечера в школе, который закончился всеобщей попойкой. В которой, к сожалению, участвовала и я. Все успели разбежаться, а я вот не успела сбежать... И наша «вторая Мама», мудрая и добрая классная руководительница, опросила меня вот в таком состоянии и узнала, как заправский детектив кто пил и когда пил.

Как раз в тот период я жила у своей бабушки. Мама и папа уехали в отпуск на море. А меня привела поздно вечером классная руководительница и одноклассник. Это был такой стыд... Мне было плохо. Это была моя первая пьянка, и в таком состоянии я раньше не бывала.

На утро бабушка разбудила меня резким «Вставай! И иди в школу». Она всегда будила меня нежно и по-доброму: «Доооченька, просыпайся. Пора вставать» и при этом она гладила меня по спине, по голове, продолжая приговаривать нежные слова. Бабушка почему-то всегда звала меня так: «Доченька». А я и не возражала, ведь моя мама ни разу меня так не называла. Но не в этот раз...

В то утро бабушка ушла в школу раньше. А мне было стыдно и противно от самой себя... Никогда бабушка не разговаривала так со мной... Что же теперь будет?.. Неужели она меня больше не любит? И больше никогда не назовёт меня ласково и не погладит? Детство кончилось в эту ночь. Я была предателем, мерзкой и подлой. Бабушка доверяла мне. А я... Если бы это сказала моя мама или папа, это была

бы для меня ерунда! Они меня, бывало, таким словами «одаривали»! Но бабушка... Самое ужасное, что она не кричала, и вообще больше ни слова не сказала мне! Это было даже хуже, чем скандал и море обвинений — вот эта тишина.

Первое похмелье... Голова раскалывается. Но нужно идти в школу. Собиралась и шла в школу я целый час. И пришла в итоге ко второму уроку. Я видела, как смотрят на меня одноклассники. Я понимала, что я, наверное, сказала лишнего прошлой ночью. Но мне было так плохо физически, что я только и мечтала, чтобы этот учебный день поскорее закончился и я наконец, ушла домой.

Наконец-то я дождалась конца уроков. Вернулась домой к бабушке. Ее ещё не было дома, она оставалась в школе после уроков на продленку или помогать ученикам и потом ещё проверять тетради. Она всегда возвращалась домой только под вечер.

Мне было стыдно. Мне было невыносимо от мысли, что то, что произошло уже не изменить. Бабушка разочаровалась во мне навсегда. В классе надо мной смеются и ненавидят. Я навсегда останусь «стукачем». Что мне делать? Сменить школу? Мама никогда не пойдет на это, не примет мою сторону, а наоборот, ещё и добавит злости и осуждения. Я виновата, да. Я очень виновата. Я не хочу больше видеть никого из этой школы. Я боюсь смотреть бабушке в глаза.

«Что мне теперь делать?... Уйти из дома?.. Куда?.. Уехать на электричке куда-нибудь, найти в деревне пустой дом и остаться жить там? А что я буду есть? На что жить?... Как все это сложно... Выхода нет!.. Ничего уже не сделать... остаётся только... умереть?.. да... Тогда все проблемы будут решены... Не будет больше этого стыда, этого позора и страха. Мне не нужно будет искать прощения и бояться, что я его никогда не получу. Не придётся терпеть насмешки подлых трусливых одноклассников... Да... это может быть единственным выходом для меня теперь...»

Мои мысли прервал громкий звук. В дверь звонили. «Кто бы это мог быть?» — подумала я. Открыла. И внизу, на лестничной площадке я увидела несколько своих одноклассников. Они стояли и смотрели на меня исподлобья. Самые главные, лидеры этого крестового похода, смотрели злобно, с вызовом. Остальные, «шестёрки», выглядели понуро, опустив головы, лишь изредка поглядывая на меня снизу вверх.

— Ну что, сдала нас всех?!

Я молчала, смотрела на них и не понимала, зачем они пришли?

— Сдала? Вы думаете вчера по вашим пьяным рожам было не понятно кто из вас сколько выпил? — я знала, если начать оправдывать и мямлить, станет хуже.

— Не умеешь пить, не берись! Нам теперь из-за тебя так попадёт от родаков! — отвечал самый главный заводила.

— С чего вы взяли, что это я вас всех сдала?

И тут главный задира посмотрел на Вову... Именно он прошлым вечером помогал классному руководителю отвести меня домой. И тут я все поняла. Откуда данные о «сдаче».

Тот пьяный допрос я помнила смутно. Но я была уверена, что учитель не получил от меня развёрнутых данных о том, кто где и сколько пил. Кто принёс алкоголь, кто кого поил. Хотя бы потому, что я всего этого и не знала. Я, наверное, сказала лишнего, но о себе сказала как есть: «Покупала спиртное я сама. Вот в этом ларьке. Никто меня не угощал. Кто какой алкоголь приносил, я не видела, не знаю. Да, я видела, что другие ребята тоже пили. Где? Я не знаю.» Учитель методично называла имена, одно за другим и внимательно следила за моей реакцией. Конечно, она понимала правду. Зачем она задавали мне все эти вопросы, ведь она и так знала на них ответы?...

И вот теперь, глядя на Вову, опустившего голову, я поняла, что это он рассказал о допросе.

— Что ты ей сказала?! — рявкнул один из поборников правды, ещё немного пьяненький после вчерашнего.

— А чего ты меня то спрашиваешь? Вон, у тебя же есть осведомитель, его и спрашивай.

— Спрошу, как будет нужно. Ты отвечай на мой вопрос! У меня из-за тебя будут проблемы! У нас у всех из-за тебя будут проблемы!

— Ах из-за меня?!? То есть это я вливала в вас спиртное? Я купила и заставила выпить?

Все это сопровождалось едкими шуточками заядлыми стендаперами нашего класса. И в целом, эта тусовка внизу напомнила мне стаю шакалов. И я разозлилась! Страх и стыд сменился злостью! Я вдруг поняла, что мне нет смысла оправдываться перед этими людьми. Они просто не заслуживают этого! Они пришли, не потому что чувствовали необходимость высказать мне свою чёткую и верную позицию, чтобы пристыдить меня за содеянное. А просто потому, что они все как один боялись! Трусливые шакалы... А я тут ещё думала о смерти?! Да не дождётесь! И я стала говорить уверенно и даже злобно:

— Вы все трясётесь только сами за себя! За свои шкуры! Что скажет моя мама, или мой папа! Ой, не дадут поиграть в приставку, или не отпустят погулять! Фу, труссы! Самим то не смешно? Притащились сюда чтобы что? Гнобить меня? Узнать подробности, чтобы оценить масштаб будущих проблем? Узнать, скажет ли наша классная вашим родителям или нет? Что, страшно?

Я уже смеялась над ними. Злилась и смеялась. И знала, что я буду для них изгоем. Но мне было все равно. Потому что я почувствовала силу внутри. И потому, что

мне уже нечего было терять. Да, это был гнев. Да. Гнев спас меня тогда. Упрямство, гнев, желание доказать. Себе, прежде всего.

— Мы боимся? Да ничего мы не боимся!

Из-за того, что говорить все стали громче, собака у соседки стала лаять. Это раззадорило группу «храбрецов», и они стали злобно шутить на эту тему, что там, наверное, какая-то мелкая трусливая шавка разнервничалась.

— Хочешь познакомиться с этой мелкой трусливой шавкой? — спросила я.

Соседка держала огромную немецкую овчарку. Я это знала и поэтому взять на понт мужественного храбреца доставляло мне особый кайф.

— Ну и познакомлюсь, мне не запахло!

И тут как по заказу соседка открыла дверь:

— А ну ка, пошли вон отсюда! Щас собаку спущу!

— Сама пошла! Никуда мы не уйдём!

Недолго думая, соседка ослабила хватку и огромная злобная морда выглянула из двери. Поводок туго натянут, пёс исходит лаем и вот-вот бросится на «храбрых спартанцев».

Лица у них были! Умора! Я расхохоталась, глядя как они удирают.

— Ой как смело вы убегаете, подождите, а как же неравный бой с трусливой шавкой?!

Но героев и след простыл. Я смеялась. Почти истерично. Я закрыла за собой дверь, вернувшись в квартиру. Этот смех в итоге почти перешел в слезы. Я знала, что теперь я стану изгоем для них. Плевать.

Конечно, они мне этого не простили. И учеба стала даваться с ещё большим трудом. Просто потому, что теперь пришлось стараться больше. Чтобы в любой момент не сплеховать. Не дать поводов для насмешек. Но я точно знала, что теперь у меня нет обратной дороги. И я должна поднять голову и жить дальше. Быть сильной и смелой. Я теперь всегда буду сама по себе. И я справлюсь.

Я благодарна одноклассникам за этот опыт. За мгновение до этого разговора на лестничной площадке, я почти опустила руки. Так испугалась, что уже видела один единственный выход для себя. Но этот гнев, эта злость тогда спасли меня. На протяжении последующих 2-3 лет я прочувствовала на себе, как быть изгоем. Что значит, когда ты чужой, одиночка в своем классе. Как это, когда над тобой смеются, издеваются. Но я и узнала, как это — быть смелым и уметь постоять за себя. Злость и упрямство, которые жили во мне всегда и не раз помогали мне справляться с детскими обидами и даже реальными опасностями в детстве, снова помогли мне переступить через жгучее чувство стыда и вины по отношению к моему любимому человеку — моей бабушке.

Кстати, бабушка ничего так и не сказала родителям. Не выдала меня. Она, конечно, простила меня, и я все так же чувствовала ее любовь до самого конца.

Иногда наступает такой момент в жизни, когда тебе кажется, что это конец. Что выхода нет. И тебе некуда идти. И ты никому не нужен. И ты всех подвел. И в этот переломный момент появляется твоя внутренняя сила. Или нет.

Мне жаль, что Соне так рано пришлось пережить подобное. Или даже что-то намного более трудное. Но у неё, в отличие от меня, не было злости, которую можно было бы использовать, чтобы защищать себя. Ее злость осталась направлена только на саму себя.

А этот сон — одноклассники, отчуждение, страх, стыд, апатия и желание умереть, плохие учителя, попытка защищаться и уверенность в своей силе и своей правоте в итоге. Радость от встречи с любимым человеком, чьё мнение и чьё отношение всегда только и было для меня важно. И спокойная уверенность, что она меня любит и поддерживает. Что я все сделала правильно. Что я хорошо справляюсь...

Может это было напоминание обо всем об этом. И о том, что этот путь ещё не закончен? И добрая, понимающая улыбка моего «научного руководителя» во сне, как раз и говорила больше любых слов:

«Все хорошо. Впереди тебя ждёт ещё много всего. Будь готова. И не сворачивай.»

14 мая 2022

День 19. Школа

Майские праздники закончились. И начались снова учебные будни. Дети идут в школу, нагружённые тяжелыми портфелями. Маленькие, терпеливые муравьишки... Тащат непосильный багаж знаний в такое далекое, но, надеюсь, светлое будущее.

Последние годы мы с Сашей жили мирно. Я перестала его пытаться переделать, «наставить на путь истинный». Самая сложная и противоречивая тема, на которую мы чаще всего могли выяснять отношения, это «Соня и Школа».

Не могу сказать, что это были ссоры. Скорее, очень активные с моей стороны предложения, обоснованные доводами и аргументацией. И не менее активные возражения на мои предложения со стороны Саши, с не менее значимыми аргументами в пользу отказа от них.

На протяжении 4-х лет обучения в начальной школе я занималась с Соней уроками. Помогала, если ей было что-то не понятно (а не понятно было практически всегда). Проверяла ее домашние задания, старалась мотивировать, заниматься дополнительно, искала специальную учебную литературу. Готовила для неё доклады, презентации, поделки.

Мы с ней занимались каждый день. И даже на каникулах! У нас был только один выходной — воскресенье. В остальные дни я пыталась как-то помочь ей учиться лучше.

Дело было и в том, что ей было сложно понимать, сложно запоминать и она очень ленилась. Может это была не лень, а ей просто было очень трудно, и поэтому у неё не хватало мотивации трудиться. И все вместе не давало почти никакого шанса на успешные или хотя бы удовлетворительные результаты в учебе.

Сама я в начальной школе была отличницей. Мне даже стипендию платили и как-то даже напечатали обо мне статью в местной городской газете. В средней школе я тоже старалась. Да, было труднее, иногда в четверти бывали четверки. Но одна или две максимум. Иногда удавалось закончить четверть на одни пятерки. Я была упёртая и упрямая.

Я не могла не получить максимум. И если я раз в год получала на уроке тройку, о, ужас!!! Это был позор! Это было такая самокритика и убежденность в том, что я ее исправлю во что бы то ни стало! Двоек в моей жизни не было вообще.

И поэтому мне было совершенно не понятно, как можно, получив двойку, забыть об этом и не попытаться ее исправить? И так изо дня в день...

Вот эта особенность — рыть землю ради результата. Она у меня в крови. И я даже не знаю в кого это у меня. Мой папа, по его рассказам, тоже учился хорошо. Но судя по его воспоминаниям, в их семье пороли за плохие оценки. Так себе мотивация к успеху... Моя мама была не очень успешна в учебе. Но я об этом случайно узнала только когда уже закончила школу. Случайно нашла мамин аттестат и ахнула... все тройки! А она требовала от меня пятёрок! Ругала даже за четверки! Узнав об этом, я помню, как спросила у мамы: «Как же так? Что ж ты меня так ругала за четверки, если сама еле-еле училась на тройки?!» И на это она мне просто ответила: «Потому, что ты могла, а я — нет».

Даже моя мама понимала разницу между «могла» и «не могла». А я вот нет. Нет, я давно оставила мечты о пятерках. Мои требования стали таять постепенно и осталось уже что-то из области: «Ну хотя бы попытайся исправить...» и «Хотя бы постарайся домашнюю работу написать понятно и красиво».

Потом, в 5-м классе, когда ситуация уже вышла из-под контроля и Соня стала еженедельно приносить по несколько двоек, мы сначала решили, что это из-за плохого зрения, которое стало портиться очень стремительно. Буквально за полгода ее зрение так испортилось, что она уже ничего не видела даже на первой парте. Я надеялась, что после того, как у Сони появятся очки, с учебкой станет полегче. Но не стало.

Я настаивала на том, чтобы мы перевели Соню в другую школу, в другой класс наконец!

У неё была учительница математики, которая ставила ей двойки каждый урок. И учитель явно был не заинтересован в том, чтобы ребёнок что-то понял. Однажды я увидела ее на онлайн собрании по Zoom'у и поняла, что этот учитель точно не заинтересован в том, чтобы помогать детям что-то понять.

Я часто себя называла Сталиным и считала себя часто неадекватно-жесткой. Но этот учитель поверг меня тогда в ужас... Этот «педагог» была убеждена, что ребёнок должен сам во все вникнуть, сам все понять и помогать с уроками родителям и тем более репетиторам, запрещено! Да, и нанимать репетиторов запрещено. То есть, бросили в воду — поплыл? — хорошо. Утонул? — Ваши проблемы. И Соня тонула. Отчаянно тонула... и мы вместе с ней...

На встречу с учителями в школу не пускали. Из-за ковида. В школу почти невозможно было пробраться. Но Саше это удавалось. Он ходил по моей просьбе к классному руководителю Сони — Людмиле Анатольевне. Чуть ли не каждую неделю-две. Но та неизменно отвечала, что надо подождать (чего!?!), что все со временем наладится (как?!?).

В итоге я потихоньку начала «съезжать с катушек». Я уставала, Соня уставала. Ведь задавали какое-то невозможное количество уроков. При том, что учитель математики не потрудилась вообще оценить ситуацию — все ли дети все поняли?

В итоге я тратила часы на то, чтобы сначала долго и по несколько раз объяснить Соне тему, потом решить несколько примеров, чтобы закрепить материал и потом ещё нужно было делать домашнее задание. На все это уходила 3-5 часов. А ведь это только один урок, а есть и другие!

Результат всех этих совместных страданий был нулевой — на следующий день Соня снова приносила двойку. И так почти каждый день. Двойки были и по русскому (потому что на него попросту не хватало времени), и почерк у Сони был такой, что ужас, не возможно было ничего разобрать. Я хотела, чтобы она хотя бы старалась и писала хорошо. Ведь когда так ужасно написано, вообще ничего не разобрать. Она переписывала свои кривульки по несколько раз. И по остальным предметам тоже были двойки.

Психологически пятый класс был похож на прыжок с вышки, когда ты ещё толком и плавать не научился.

Единственный предмет, который нравился Соне, и у неё действительно не плохо получалось и она даже старалась писать красиво, учила все стишки и старалась заслужить похвалу учителя — это английский язык.

У Сони в ее группе был новый учитель английского — Анна Александровна. Она тоже была очень строгая. И тоже ставила Соне двойки, если та была не готова. У Анны Александровны была, по рассказам Сони, идеальная дисциплина на уроках. И Соня исправляла эти двойки сама! И имела твёрдую четверку по английскому. Соня уважала Анну Александровну за адекватность, терпение и последовательность в своих решениях. Она очень интересно вела уроки, увлекала детей. Соня любила ее за чувство юмора и чувствовала ее любовь к детям. Она даже на эти двойки не обижалась. Все правильно — не готов, получи «заслуженную» оценку!

Я предлагала Саше найти другую школу с английским уклоном, чтобы забыть, как страшный сон эту кошмарную математичку и эти двойки. Или вообще забрать документы из школы и перевести Соню на домашнее обучение. Но Саша не хотел ничего менять. А если я спрашивала у Сони — чего она хочет, она обычно молчала или говорила «не знаю», пожимая плечами.

А однажды, я даже помню этот день, 17 октября, она снова принесла двойки, и я снова расстроилась. Она ушла в ванную, а потом я заметила на ее запястье царапины... потом я поняла, что она сделала их скорей всего иголкой. Я даже сфотографировала ее руку. И хотела пойти в школу, к директору, чтобы попросить о переводе в другой класс. Я тогда пожалела ее и сказала: «Ни одна школа, двойка или что-то ещё не стоят ее здоровья!» Обработала ее руку и предложила новый формат отношения к школьным успехам или неудачам. К директору я так и не пошла, потому что, как мне показалось, я нашла выход...

После этого случая я предложила выплачивать Соне премиальные суммы за хорошие отметки («4» и «5»), и вычитать из баланса за плохие («3» и «2»).

Так, в конце недели, если не получать двойки и тройки, и всего пару четвёрок и хотя бы одну пятёрку, можно было прилично заработать!

«А расстраиваться по поводу этих двоек я не буду. Все в твоих руках. Вот увидишь, я смогу не расстраиваться так сильно. Я постараюсь!»

Соне эта идея очень понравилась! Она даже завела себе тетрадь для расчетов. И первые пару недель у неё даже получалось быть в плюсе!

Но потом все опять скатилось в минус. И я все продолжала придумывать за что ещё выдать «премию»: почитала немного, помогла приготовить, нарисовала красивый рисунок. Но и это не помогало привести баланс в норму.

У нас была договоренность, что сидеть в телефоне или «общаться с друзьями» как она это называла, можно после того, как уроки сделаны. И если баланс по оценкам не был положительный, то больше 2-х часов сидеть в телефоне нельзя. Сверх этого время приходилось «зарабатывать». Оценками или другой творческой или интеллектуальной деятельностью.

Если она и «зарабатывала» хоть какую-то денежку, она все тратила на телефон. И вот такой кошмар творился у нас буквально с сентября. Я была все время в напряжении с ужасом ожидая новых двоек. Соня становилась все более грустной и замкнутой в дни учебы.

Но в выходные или в праздники, или когда она заболела, и я не без облегчения оставляла ее дома, все было очень хорошо. Мы смеялись, рисовали, читали, смотрели вместе фильмы с миской попкорна.

Это было такое напряжение, ужасное, непосильное напряжение для неё. И я не помогла ей. Не нашла психолога. Не сходила к директору и не настояла на переводе в другой класс или другую школу. Помогло бы это?... Я не знаю...

Саша говорил, что мы выдернем ее из школы, к которой Соня привыкла. Она лишится тех связей, друзей, которые у неё появились. И в итоге сделаем еще хуже. Возможно, он был и прав. И в конце концов, ведь ещё 27 человек из ее класса так же ходят в эту школу, к этим учителям. Всем трудно. Надо учиться справляться с этим стрессом.

А по поводу учителя математики... я понимала, что есть программа. Стандарты. Если ваш ребёнок не «тянет» эту программу, берите на себя ответственность, примите решение и переведите в обычную школу. Значит, Лицей вам не по зубам. У этого учителя свои стандарты, по которым она работает много лет. И по этим стандартам учатся ее одноклассники, которые имеют «4» и даже «5» по математике.

У учителя предвзятое отношение к моему ребёнку? Не думаю. Я и сама помню то чувство безысходной ярости, когда я пытаюсь объяснить одно и то же 10-15 раз, спрашиваю: «Понятно?» — «Да». — «Хорошо! Тогда реши вот этот пример». И через час мучений она приходит снова, и я вижу, что ей даже близко не понятно.

4 года я пыталась заниматься с Соней. А на 5-ый год, после нескольких нервных срывов я сказала Саше: «Либо мы забираем документы из школы, либо ты что-то делаешь. Если ты так уверен, что ей лучше остаться в этой школе, то занимайся математикой с ней сам!» Он согласился. Но позанимался он с ней всего несколько

раз. А потом «работа», «чуть позже», «устал», «завтра» и тому подобные важные причины.

И потом, когда с ней начинал заниматься Саша, он выходил из себя ещё быстрее! Наверное, поэтому Соня пыталась все же спрашивать у меня. Я хоть и более требовательная, но оказалось, что видимо я более терпеливая.

Все это было бесполезно... Я видела, что она пытается, старается. Но она просто не может... Она не могла ни морально ни физически продолжать.

После того, как Соня погибла, мы приходили в школу.

Мы встретились с классным руководителем Сони. Это очень добрая, очень хорошая женщина — Людмила Анатольевна. Она очень нам сочувствовала. И сама она была в таком шоке: «Соня была такая веселая, легкая, смешливая! Такая непосредственная! Как же так? Почему?..» я рассказала Людмиле Анатольевне о том сообществе в Сонином телефоне. О том, что ее подруга-одноклассница тоже в этом сообществе. И может ещё есть шанс помочь ей? Людмила Анатольевна рассказала, что в семье у этой девочки большие проблемы. Рассказала о сверхконтроле отца этой девочки, о тяжелой ситуации со здоровьем брата этой девочки. Жаль детей... жаль, что мы так мучаем их... Даже не подозревая, как им больно от этого...

Мы попросили возможности увидеть Анну Александровну, любимого Сониного учителя по английскому языку. Анна Александровна обняла нас и заплакала. Мы поблагодарили ее за то, что она была таким хорошим учителем и сказали ей, что ее предмет и она — были чуть ли не единственными приятными школьными воспоминаниями Сони.

Она была так удивлена и растрогана...

— Правда?... а на меня часто жалуются...

— Почему?

— Говорят я слишком строгая!

— Это так. Но вы ещё и веселая и справедливая. Поэтому Соня вас так уважала и любила. Никогда не меняйтесь!

Это была очень хорошая, душевная встреча. Мы не пожалели, что пришли.

Учителя математики я видеть не хотела, поэтому мы и не просили об этой встрече. Людмила Анатольевна предложила зайти к директору, но мы не стали ее отвлекать и беспокоить. Мы хотели запомнить это место, этих прекрасных людей. Эту маленькую парту, за которой сидела наша Соня. Запомнить такими — светлыми, участливыми, немного грустными.

15 мая 2022

День 20. Друзья

С дружбой связано очень много всего в нашей жизни. Много радостей. И странностей. Боли и разочарования. Веселья и грусти. Ненависти и любви. Настоящая драма!

И я не очень понимала в каких отношениях Соня была с той или другой девочкой. Как бы сейчас сказали современные пользователи соцсетей: «статус: все сложно».

Мне всегда хотелось узнать ее друзей. И я всегда предлагала Соне приглашать друзей домой. Тем более, что сама я была лишена такой привилегии в детстве. Можно сказать, в том числе, и для этих целей, была куплена PlayStation последней модели. И Соня не раз удивляла своих одноклассников таким «сокровищем». Мне хотелось, чтобы к ней приходили почаще друзья и они вместе проводили бы весело время.

И когда это случалось, мы разрешали играть в PS сколько угодно, приносили торты и пирожные, заказывали пиццу. Мы хотели быть в курсе ее жизни. И показать ей, что мы нормальные, добрые родители, которые доверяют ей. Мне не хотелось скрывая детей своим присутствием, и я всегда предлагала Саше пойти погулять, чтобы дать возможность Соне побыть с друзьями наедине. Чтобы она не чувствовала себя с нами как будто «под присмотром».

Друзья у неё были в основном в школе. Еще одна давняя подруга была вне школы. Каждый год Соня ездила летом к бабушке в Керчь и там проводила лето с Ксенией. Родители девочки — москвичи, тоже привозили дочку к бабушке на лето. Так они и отдыхали вдвоем. Купались в море, лазали в веревочном парке, гуляли. Когда наступали школьные будни, девочки разъезжались по домам. Соня в Питер, Ксения — в Москву. И время от времени девочки переписывались по скайпу. Соня всегда очень ждала лета, чтобы снова повидаться с Ксенией.

А все остальное время Соня отчаянно пыталась наладить связи со своими одноклассниками. И это почти всегда заканчивалось одинаково. Мне было трудно видеть это.

Первая ее подруга ещё в начальных классах после 2-х лет дружбы вдруг стала обижать Соню, толкать ее, издеваться, буквально унижать Соню. Почему так? С чем

это связано?... Я так и не узнала. Соня не хотела об этом говорить, но я видела, что ей трудно, больно, обидно.

Потом в 3-м классе у них появился новенький мальчик. Он был очень хвастлив и явно очень заинтересован в ком-то более популярном. Но у него были какие-то проблемы со здоровьем, и он носил шапочку из-за облысения. Кажется, это была неудачная реакция организма на прививку от столбняка.

Так вот, когда он пришёл такой странный и плешивый, никто не хотел с ним дружить. Он ещё к тому же был ужасный хвастунишка и выскочка. С ним дружила только Соня. Он пользовался этим. Приходил к нам в гости. Они вроде не плохо проводили время. Но когда его волосы отросли, Соня ему стала больше не интересна.

Каждый такой «друг» в итоге исчезал, как будто его и не было. Только одна девочка, Римма, настоящий маленький боец, веселая, смелая, добрая и принципиальная девчонка. Она продолжала общаться с Соней, и они гуляли по выходным. Но Римма общалась с Соней почему-то только вне школы. А в школе дружила с другими девочками. Я ее обожала и всегда разрешала им гулять сколько они хотят и потом сидеть у нас и развлекаться. Один раз мы водили девчонок как-то в кино. Жаль, что из-за ковида многие интересные места закрылись.

Была ещё одна девочка, Варя. Очень веселая, добрая и немного скромная девочка. Они очень сдружились за последние пару лет начальной школы. Но у Вари заболела мама. Как потом я узнала от неё самой, это был рак. Она долго боролась с болезнью, но в конце 4-го класса, Варина Мама все же умерла. И отец Вари решил переехать в другой город и забрать дочку. Так Соня потеряла, наверное, единственного своего хорошего друга.

В 5-м классе появились новые девочки. И Соня нашла с ними контакт. Если бы я знала, что их связывает... Как-то Соня пригласила этих девочек в ресторан на свой день рождения. Но ни одна из них не вспомнила об этом и не пришла.

Дней за 10 до Сониной смерти я предложила Соне пригласить к нам одну из этих девочек. Ту, которую Соня называла подругой. После визита этой странной девочки, такого разочарования и растерянности я не испытывала давно...

Девочка была такая... замкнутая, как будто всегда готовая к атаке или защите... Она не сказала «здравствуйте» и не поблагодарила за обед, не сказала «до свидания». Но не это было главным. Меня поразило то, как она общалась с нами и с Соней. Она злобно подкалывала ее, говорила что-то резкое, огрызалась. Соня пыталась быть с ней милой, пыталась развеселить ее, но вместо улыбки эта девочка сказала резко и злобно: «Че ты ржешь-то как идиотка?»

Когда они собирались уходить, уже в прихожей я спросила у девочки, чтобы хоть что-то узнать о ней:

— Твоя мама сказала, ты завтра идёшь к репетиру?

— Да, по английскому

— Ну и как, нравится тебе преподаватель?

— Да, она нормальная. Не то что наша училка по английскому!

Я знала, что Соня любит и уважает своего учителя по английскому, Анну Александровну. И поэтому меня удивило такое отношение, и я спросила:

— А что с учителем английского? Тебе она не нравится?

— Пффф... Конечно, не нравится! Как она может нравиться, она злая и мерзкая!

Я в этот момент смотрю на Соню, в надежде, что Соня возразит, защитит своего любимого учителя. Но она только растерянно и даже как мне показалось, глупо улыбалась, склонившись в просительной позе, глядя на свою «подругу»...

Я поняла, что все очень-очень плохо. Все, чего я боялась уже происходит. Прямо сейчас. Я видела отношение этой девочки к Соне. Я видела унижительное положение Сони перед этой не красивой, злобной, закомплексованной девочкой...

Тогда я ещё не знала всех тех ужасов, которые они писали в своих чатах, или в этих жестоких извращённых сообществах. Их связывало что-то... теперь мне кажется, что их связывало обоюдная потребность в боли. В потребности этой девочки эту боль причинять и потребности моей дочки ее получать. Жертва и мучитель. Может я и ошибаюсь?.. я надеюсь, что я ошибаюсь...

И я чувствовала и понимала, ей отчаянно нужны были друзья. Она была готова на все ради этого. Она так остро чувствовала это одиночество внутри себя. И мы не могли ей помочь.

Я старалась справляться со своими страхами «она будет слабой», «она будет зависимой», «она будет терпеть унижения», «она как-то навредит себе из-за несчастной любви», «она будет отталкивать, раздражать людей своей ролью зависимой жертвы», «она станет наркоманкой».

Но чем больше я старалась, тем видимо хуже становилось. Потому что я начинала видеть эту страшную для себя реальность и мне становилось ещё труднее.

А уж как трудно было Соне... Мне и не представить.

Она ощущала себя «Ничтожеством», теперь я это знаю, прочитав ее записку самой себе в будущем. Наверное ещё помнила мое «Неудачница»...

Она старалась всеми силами соответствовать, быть такой же, быть «своей». Когда мы читали в ту ночь их переписку, я удивилась, что Соня называет нас так же, как та девочка зовёт своих родителей: «батя» и «мамка».

Ведь дома она всегда звала меня «мамочка», а Сашу «папочка»... Читая это, мне стало казаться тогда, что как будто другая, чужая сущность проникла в Сонино сознание. Злая, черная, злобная сущность.

Я помню, как она меня обнимала, как говорила, что она любит меня. Просто так. Мы обнимались несколько раз в день. Просто так. И я знаю, что она нас очень любила. Но этого было недостаточно. Подростку нужны отношения. Это жизненно необходимо для него — чтобы «свои» принимали тебя. Принимали ли ее «свои»?

Я помню этот звонок через два-три дня после гибели Сони. Мне позвонили с неизвестного номера. Мы с Сашей были в санатории «Дюна», куда нас отвез наш друг Димка. Я взяла трубку:

— Да?..

— Здравствуйте... это мама Сони Седовой? — послышался неуверенный детский голос.

— Да... кто это?

— Меня зовут Лиля. Я узнала Ваш номер у мамы одноклассника, она в родительском комитете и знает телефоны всех родителей. Скажите, а где Соня? Мы с девочками пишем ей, но она нигде не отвечает... Она так долго болеет... С ней все в порядке?

Я уже плакала в этот момент. И я не знала, как сказать 11-летним девочкам, что их подруга убила себя...

— Девочки, милые, мне так жаль вам это говорить... но Соня погибла.

— Что?... Погибла?..

Дальше я услышала детский плач...

После того, как я положила трубку, Саша сразу позвонил Людмиле Анатольевне, классному руководителю Сони. Та поблагодарила и скорей направилась к девочкам. Позже я узнала, что девочкам в тот день срочно вызвали клинического психолога, чтобы успокоить и снять состояние шока. Позже именно этого психолога, Анну, нам и посоветовала Людмила Анатольевна. И мы ей за это очень благодарны.

Когда мы приходили в школу после произошедшего, Людмила Анатольевна рассказала, что девочки очень переживали эту утрату. А Римма, моя любимца, подруга Сони, даже принесла портрет Сони и его поставили на ту парту, за которой она когда-то сидела. И так 2 дня Соня «оставалась» с друзьями в школе.

Когда я узнала об этом трогательном поступке Риммы, я уже знала, что это придумала и сделала ее чудесная мама, Маргарита. И конечно, я поблагодарила ее и заодно спросила, как там Римма. Маргарита сказала, что она очень рада, что я ей написала, она сама боялась потревожить меня.

Когда все произошло Саша разговаривал с Людмилой Анатольевной, и та сказала, что родители собрали деньги на похороны и хотят помочь. От денег мы категорически отказались, но передали слова благодарности. И главное, от нас обоих Саша попросил Людмилу Анатольевну передать, чтобы нам никто не писал ни соболезнований, ни слов поддержки. И она выполнила эту просьбу.

Вот почему Маргарита не решалась мне написать. Но я очень уважала их семью и маленькую Римму тоже, и я поблагодарила Маргариту за ее доброту и поддержку и сказала, что я очень рада, что Римма дружила с Соней. А Маргарита написала: «Римма сказала, что с Соней совершенно невозможно было поссориться. Совсем никак!»

А потом, когда мы пришли на приём к Анне, клиническому-психологу, которая как раз и приходила в школу помочь девочкам, когда они узнали о смерти Сони. И Анна передала впечатления девочек о Соне: «Она была очень сильная и очень самостоятельная! И очень добрая, и веселая!»

Так я узнала, что Соня не была чужой, она не была изгоем в своём классе. Ее любили. И считали сильным и смелым человеком. Каким она всегда и была.

16 мая 2022

День 21. Рыженький котик

Я любила Сонины волосы.

Медные? Медовые? Льянные? Все эти слова подходили для описания цвета ее волос. И ещё я очень любила запах. Наверное, все мамы любят целовать своих детей в макушку. Где-то я даже читала, что, когда мама или папа вдыхают свежий аромат кожи своего ребёнка, в этот момент у родителей вырабатываются гормоны радости. Скорей всего это правда.

Я вообще всегда выглядела как странное существо-нюхач, когда рядом была Соня. Я всегда начинала шуточно обнюхивать ее, как это делают самки-животные, чтобы убедиться, что это свой, родной детеныш. Она была единственная, кого я хотела и любила обнимать, целовать, нюхать и даже покусывать. «Буся, можно куснуть за ушко?» — «Хи-хи-хи! Можно!» — «А-ам!»

Поэтому мне удавалось испытать каждый раз букет из эндорфинов всех цветов и оттенков, когда ко мне приходила Соня, чтобы что-то рассказать, пошутить или просто обняться. И вот, слышу топот — 2 маленькие лапки, веселое щебетание и глаза, полные счастья и искристой радости. Каждый раз, когда она приходила ко мне, я не могла не видеть этот яркий, озорной взгляд. И я не могла не отвлечься на эту чистую радость, чтобы хоть на мгновение испытать это чувство.

Благодарю тебя, моя хорошая, что дарила мне эту радость целых 11 лет!

Когда все это случилось мне было тяжело подходить к двери нашего подъезда. Потому что в 5 метрах от него, несколько дней назад, мы пытались удержать маленькую душу нашей дочки той холодной мартовской ночью. А она, в свою очередь, не уходила, чтобы поддержать нас и спасти своего папу Сашу от травм и сумасшествия, пока мы ждали скорую.

Сначала был звук... Странный, глухой звук... Мы подумали, что, наверное, снег упал с крыши... Саша решил, что Сони долго нет... И в следующее мгновение я слышу: «Оля, вызывай скорую! Она выпала из окна!»...

Саша побежал вниз первый. И рассказывал потом, что когда он ее увидел, лежащую на мерзлом льду, то она выглядела как маленький ангел, который просто прилёг отдохнуть на снег. Когда он перевернул ее, она не дышала... Он начал кричать, и бить кулаком в ледяную землю. Так сильно, что чуть не сломал руку. Он рассказал, что когда он ударил 3-й раз... Соня вдруг вдохнула... она вдруг начала дышать. Очень тяжело, но она дышала. И когда уже спустилась я, он кричал: «Оля! Она дышит! Где же скорая?!» Я подумала, что он помешался, но, когда я подошла, я увидела: она правда дышала! Это было невероятно. Страшно. Хрипло. Тяжело. Но она дышала!

Я снова позвонила в скорую, и сбивчиво попыталась узнать, что мы можем сделать для ребёнка, пока не приехала скорая. Но оператор на том конце просто просила ждать приезда врачей. Я заметила, что из окон на нас смотрят люди, какой-то мужчина стоял неподалёку. Позже Саша рассказал, что он вызвал скорую и пытался тоже помочь. Женщины из окон тоже пытались успокаивать Сашу, пока я спускалась вниз. Они просили его оставаться с дочкой, оставаться в здравом рассудке.

Я побежала на дорогу, чтобы показать скорой, куда нужно ехать. Скорая приехала очень быстро. Врач сразу спросил: «С какого этажа она упала?» — «С 11-го». Нельзя было не заметить его потухший взгляд, который говорил сам за себя. Но врачи-реаниматологи все равно стали делать все что возможно для спасения. Нам оставалось только надеяться на чудо...

Врачи перенесли тело в машину скорой помощи, и реанимация продолжилась там, за закрытыми дверьми.

Мы стояли и молились как умели.

Саша был не в себе, он кричал и был похож на смертельно-раненого зверя. Я подошла к нему, а он сказал: «Это мы сделали с ней!» И я тихо ответила: «Я знаю...» Он не подходил ко мне. И я поняла, что больше и не подойдёт. И я решила, пусть так и будет. Так и должно быть. Я буду расплачиваться за это всю оставшуюся жизнь.

Он мерил тяжелыми шагами улицу, одетый в одну футболку... Ведь своей курткой он укрыл Соню. Я спросила, не холодно ли ему?... И тут же поняла, что он ничего не чувствует... Я поняла, что он не в себе, и мне нужно сделать все, чтобы хоть как-то помочь ему.

Это очень странно... В этот страшный момент я не могла плакать...

Саша рыдал, кричал... а я не могла плакать. Но я думала о нем. Я знала, что судьба Сони в руках врачей, в руках Творца, в руках самой Сони... И я пошла домой, чтобы принести Саше куртку и свидетельство о рождении, которое попросил врач.

Вернувшись, я увидела, как он начал кричать, что он был ужасным отцом, что он виноват. Но, я-то знала, что это не так. И я почувствовала, что я должна сделать то, что нужно, чтобы вытащить его. Даже если он никогда больше не захочет видеть меня, даже если он будет ненавидеть меня до конца своих дней. Сейчас я должна сделать все, что могу. Я подошла к нему, очень уверенно. Встала напротив, взяла очень крепко его за плечи и встряхнула, а потом сказала громко и уверенно: «Посмотри на меня!» Он поднял заплаканное лицо... — «Ты был самым лучшим отцом в мире, ты понял?! Не смей говорить так! Ты слышишь меня?!» Он на мгновение как будто остановился и посмотрел на меня уже более осмысленно... Потом закивал, но все равно отошёл от меня. «Ничего, это не важно. Я потом буду думать о себе. Я причинила так много боли этим двум людям, что у меня впереди была ещё целая жизнь, чтобы принять свою карму в полной мере.»

Через какое-то время мы оба стояли и смотрели на машину скорой помощи. Время как будто замедлилось... Ничего не происходило... Саша стал снова терять самообладание: «Что они там делают?! Почему они ничего не делают?!» — «Саша, они делают все что могут, поверь».

Через пару мгновений он повернулся ко мне и сказал: «Я очень тебя люблю. Мы вместе. Я не оставлю тебя». И я обняла его, а он меня. Мы стояли так, и я слышала, как Саша плачет... Я так и не могла заплакать... Я не знаю почему. Но я чувствовала огромное облегчение от того, что он не ненавидит меня. Он любит меня. И мы сейчас вместе.

Мы стояли и каждый из нас говорил с Творцом, с ангелами, с душой Сони. Я поняла, что теперь буду ценить каждое мгновение с ней. Какой бы она ни была. Даже если мне придётся ухаживать за инвалидом, даже если наша жизнь превратиться в ожидание хороших новостей между походами в больницу. Я была готова к любому исходу, лишь бы она была жива... Я просила Творца дать нам ещё один шанс!

Но тут я вдруг почувствовала, что она не хочет... Она вернулась ненадолго, да. Но она бы не хотела жить в коме, или быть инвалидом, или постоянно мучиться от боли. И тогда я сказала: «Милая моя, я приму любой твой выбор. Прошу тебя, сделай так, как лучше для тебя. Я хочу, чтобы ты была счастлива». И тогда мне показалось, что я ее отпустила... И буквально через минуту вышел врач и сказал: «К сожалению, она умерла»... На часах было 1:45.

Ко мне подходили полицейские, участковый, врачи и следователь... Они задавали одни и те же вопросы... Я отвечала. Потом мы пошли в наш дом, и следователь и участковый пошли с нами. Они должны были провести обязательные процедуры описания места происшествия и зафиксировать показания. Все растянулось до 3:30, и мы должны были ещё поехать в полицейский участок. Но следователь предложил перенести приём на 8 утра, чтобы все хоть немного выспались.

На утро мы поехали к следователю и провели там за дачей показаний 4,5 часа. Следователь и его помощники — очень хорошие люди. Не безразличные. Такая тяжёлая у них работа. Но они при этом остаются людьми.

Следователь тогда сказал, что, к сожалению, у них очень много похожих дел. 3-4 случая в месяц только по Приморскому району Петербурга. И все дети из благополучных, любящих семей. Следователь забрал Сонины гаджеты. Сказал, что следствие будет идти примерно 3-4 месяца.

Когда мы сидели у следователя, приходила женщина. Она забрала телефон своей дочери. Дочь этой женщины тоже покончила с собой. Эти несчастные дети и такие же несчастные родители... Горе стало не просто близко. Оно стало частью нас.

Я все ещё не могла плакать. Не могла думать. Я была как будто под водой. Приехали наши друзья — Дима с женой Катей. Они и отвезли нас домой. И вот тогда я обняла Сашу стала истошно кричать. Я кричала и рыдала. Я плакала... И вот, с тех пор я не могу остановить слёзы.

Позже днём снова приезжал следователь с командой помощников. Они искали записки, рисунки, дневники. Все, что хоть как-то может объяснить или прояс-

нить ситуацию. Они фотографировали квартиру, описывали подробно помещение, делали замеры окна... Один из следователей сказал не громко, но я слышала: «Какое хорошее место... А ведь у девочки было все, о чем можно только мечтать...»

На следующий день к нам приехал наш друг Дима, чтобы отвезти нас в санаторий «Дюны». Я собирала вещи, а Саша с Димкой были на кухне. И тут я услышала Сашин смех... «Господи... он смеётся?.. Да, точно... смеётся!...»

И в тот момент я почувствовала какую-то безотчетную надежду и радость, как будто у нас появился шанс, как будто мы ещё сможем жить и может даже будем улыбаться и смеяться однажды?.. Саша ушёл умыться, а я подошла к Диме и обняла его:

— Спасибо...

— За что?...

— За его смех...

— Ну, что ты... а для чего ещё нужны друзья?.. — смутился Димка.

«Дюны» — это санаторий в пригороде Петербурга, очень красивое, спокойное место, с живописными пейзажами соснового леса и чистых озер в округе.

Когда мы приехали туда и зашли в главное здание, то сначала растерялись, увидев постояльцев. Все как один с переломанными конечностями и на костылях...

«Очень жизнеутверждающе», подумала я. Но это именно так и было! Люди, которым было больно, и очень неудобно. Но они старались, они боролись, и они улыбались! Персонал в санатории — как добрые нянечки в счастливом детстве. Дни стояли солнечные, началась настоящая весна. Капель, пение птиц и такая тишина вокруг! Когда живешь в городе забываешь этот звук — звук тишины.

Мы были как будто в каком-то тумане. Но нас окружали очень хорошие, заботливые, хоть и совершенно посторонние люди. Это прекрасное место с очень хорошей энергетикой, которая буквально излечивает тебя изнутри. По крайней мере, нам так казалось тогда.

Мы пробыли там 4 дня. Это было хорошее, светлое и в то же время грустное время. Но мы постоянно как будто чувствовали, что рядом есть какая-то заботливая, добрая энергия, которая поддерживает нас. Мы купили 2 китайских фонарика, и один из них отпустили в память и с благодарностью об этом прекрасном, светлом месте перед самым возвращением в домой.

Возвращались домой в Питер мы вечером, было уже темно. И я поняла, что не хочу бояться того места, где ночью мы нашли тело Сони. Я знала, что ее душа покинуло его ещё до того, как тело соприкоснулось с землей. «Как птичка...» — все время было в моей голове. Но красное пятнышко крови, которое на белом снегу выглядело как разлитый вишневый сок, не давало мне покоя. И я попросила Сашу

убрать эту кровь и помочь мне кое-что сделать. На помощь Саше приехал Димка и они вдвоём разбивали ночью лёд топором...

Утром мы заехали в магазин, чтобы купить цветы. Это было 8 марта. Все были счастливые, с цветами. Все улыбались...А мы зашли в цветочный магазин и попросили 12 роз, потому что Соне бы исполнилось в этом году 12 лет.

— Двенадцать? — Переспросила цветочница.

— Да...

— Перевязать вам чёрной ленточкой? — уже с грустью в голосе спросила она.

— Нет, перевяжите пожалуйста желтой.

Это был любимый цвет Сони. Желтый. И зелёный.

После этого дня я попросила Сашу больше никогда не дарить мне цветов на 8 Марта...

В магазине я выбрала мягкую игрушку — маленького рыженького котика в пятнышках. Мы иногда так и звали Соню — «Наш рыженький котик». Из дома я принесла свечки и открытку. Все это мы расположили в уголке, в том самом месте, где все произошло. Зажгли свечки. И когда мы это сделали, я почувствовала, что это было правильно.

И так мы приходили к этому месту уже без ужаса. И приносили туда свежие цветы. Свечки, конечно, уже отгорели. Но мы все равно старались сделать это место красивым и не страшным. Наверное, в первую очередь для себя?.. Так мы проверяли котика каждый раз, когда выходили на улицу. «Проверим котика?» — «Конечно».

Через 3 недели, когда наконец-то нам выдали документы, и главное, урну с прахом, мы собрались в поездку на машине к моим родителям в Краснодарский край. Уже началась война на Украине и все перелеты в Краснодарском крае были закрыты. И Саша предложил забрать котика: «Зачем ему там лежать неделю, а может и дольше?» Но когда мы спустились вниз и подошли, чтобы забрать игрушку, котика и открытки не было... Это была хорошая новость. Значит кому-то, может какому-то ребёнку, понравился котик и он взял его себе? Это хорошо! У него может быть, появился новый дом? Уезжали мы спокойно. Мы знали, Соня далеко... Там, где много любви и радости. Она спокойна и счастлива.

«Будь свободна и счастлива!» — написала я на магнитном планёре, а Саша добавил: «Наш рыженький котик!»

17 мая 2022

День 22. Ты слышишь меня?

Пару дней назад я снова побывала на встрече с психологом, Анной.

Очень многое мы обсудили, и я так благодарна этой доброй, красивой и мудрой девушке за ее помощь.

Мне кажется, бывает так, что некоторые люди выбирают своё предназначение, а бывает так, что предназначение находит человека. Мне кажется, что у Анны именно так. Она не просто добрый и сочувствующий человек, она очень хороший психолог. И встречи с ней — это большой и важный опыт для меня, да и для всей моей семьи. Столько мыслей, чувств — новых для меня, раньше я о них и не подозревала. И старых. Которые были выкинуты или спрятаны поглубже. Но от этого они не стали меньше или тише. Они были брошены, и оттого все чаще пытались напоминать о себе. А если я «не слышала» их, то они все равно прорывались. В гневе. В злости. В страхе.

Так и случалось, когда я вдруг впадала в своё обычное злобное и жёсткое состояние. «Жизнь — это борьба». «Чтобы добиться чего-то в жизни, нужно много трудиться!», «Нужно уметь защищать себя». «Чтобы тебя любили, нужно стать лучше», «Никому не нужны неудачники!» Это те правила жизни, по которым я сама жила почти 40 лет. И мне казалось, что именно эти четкие, понятные установки и помогают мне жить. Именно они помогали мне, когда я была ребёнком. И потом, когда стала подростком и в молодые годы тоже.

Я жила по ним. И я заставляла жить по ним свою маленькую семью. Если Саша был уже сильным и мог уехать, сменить тему, отвлечь меня, рассмешить или в крайнем случае «переждать шторм», то у Сони таких возможностей ещё не было. Когда я злилась из-за плохих оценок, из-за испорченных или потерянных вещей, из-за беспорядка, я вещала про то, что надо трудиться ради своего светлого будущего. И все чаще мне казалось, что Соня меня совсем не слышит. Она просто ждёт, когда я закончу. Она расстраивалась оттого, что расстраивалась я. И она приходила ко мне, виновато опустив голову. И тогда мне становилось жаль ее и я обнимала ее и говорила: «Я все равно люблю тебя, Буся...» и так заканчивался практически каждый мой «разбор полетов».

Но в процессе своей неконтролируемой злости я могла сказать что-то обидное, что-то фатальное. Такое, что жизнь, наверное, покажется немилрой. Ведь выхода нет. Все будет плохо! Очень плохо! Конечно, для меня в те моменты все это было более чем реально, важно и правильно.

Сейчас я уже понимаю, что эти установки были продиктованы страхом. И в первую очередь, страхом, что Соня не сможет найти своё место в этом мире (см. Правило «Чтобы чего-то добиться в этой жизни, нужно много трудиться!»). Что она будет несчастна и одинока (см. Правило: «Никому не нужны неудачники!» и «Чтобы тебя любили, нужно стать лучше!»). А даже если у неё будут какие-то отношения, то ее будут обижать (см. правило «Нужно уметь защищать себя!»).

Но ещё одна причина, по которой я так срывалась, это страх самой оказаться никчемной неудачницей. Ведь ребёнок — это главное, ради кого нужно стараться, жить, учиться, быть лучше. Это огромная ответственность. И если у меня ничего не получается и все что я делаю или говорю просто растворяется... значит, я не смогла? Значит я плохая мать. И все мои правила, установки, принципы — все это пустой звук?

Наверное, поэтому я однажды сказала эту страшную фразу Соне: «Чего бы я не сделала, каких бы успехов не добилась, у меня всегда будешь ты — та, кто опустит меня на Землю.»

Это ужасная фраза. Я вспоминаю ее каждый день и мне так стыдно и так больно за Соню... Я очень сожалею об этих словах. И надеюсь, ее душа меня когда-нибудь простит за это.

Я злилась. Очень злилась. Мне казалось, что все что-то делаю, все мои попытки что-то изменить, исправить, улучшить... все они никому не нужны. Ни Саше, ни Соне. «Неужели они не понимают, как это важно?!» «Слышит ли она меня?» — все время задавала я себе эти вопросы. Но все повторялось. Каждый день. Я была в тупике. Оттого, что мне казалось, что Соня и Саша не слышат меня, я сама себя накручивала ещё больше. И от этого мои эмоции все накалялись и накалялись. И вместо мудрого «все будет хорошо», мне казалось, что мы все просто катимся вниз. И выхода нет. Вот эта мысль «Выхода нет» — возможно она осталась в сознании Сони.? Возможно, это я вложила в ее голову эту мысль?..

Когда Соня еще была жива, я иногда спрашивала Сашу: «Как же так?... Я иногда скажу Соне что-то не приятное, выйду из себя... А она? Она должна была бы обидеться, разозлиться на меня в конце концов! Но она никогда не злится на меня! И не обижается... Она всегда приходит ко мне, чтобы я успокоилась. Чтобы подойти и обнять меня...» Разве так бывает? Мне было это не понятно. Она была для меня как будто житель с другой планеты... Как живой представитель учения Христа о том, что если тебя ударили по правой щеке, нужно подставить левую...

А она слышала меня... И все это оставалось в ней. Все мои страхи оставались в ней. Вся моя злоба... А что она возвращала мне? Только любовь...
Чтобы в итоге уйти, не найдя для себя другого выхода...

Анна, психолог, пытается помочь мне с главной причиной, из-за которой так трудно двигаться дальше и просто жить — с чувством глубокой вины. Мы обсуждаем мою установку, что я была плохой мамой. Анна просит меня вспомнить и рассказать ей о том, как мы весело проводили время с Соней. Как мы вместе рисовали, смеялись, разговаривали, читали. Как обнимались и признавались в любви друг другу.

Мое желание сделать все возможное для того, чтобы у моего ребёнка была мотивация жить, чтобы была цель, чтобы способности, данные ей от природы развивались — все это нормальное и естественное желание хорошей мамы для своего ребёнка. В наших беседах Анна пытается убедить меня, что я была хорошей мамой.

Соня мне часто говорила: «Ты хорошая Мама!» И, честно говоря, я и не сомневаюсь, что она любила меня. А вот я... Я так и не смогла научиться настоящей, безусловной любви. Любить маленького человека просто так. Не за хорошие оценки, не за порядок в комнате, не за достижения в спорте, творчестве и музыке, не за крепкие социальные связи, не за сильный волевой характер. А за то, что это самый красивый и добрый человек, который любит меня и который так нуждается в моей любви и поддержке.

Прости меня, моя милая, прости меня за все... Я буду продолжать учиться любить. И я знаю, что ты мне в этом помогаешь. Я ничего уже не могу изменить. Но я ещё могу измениться сама. Даже если ты сейчас далеко, я все равно слышу тебя и чувствую твою поддержку.

P.S. Сегодня я целый день была одна. Саша уехал в командировку, в Москву. И я плакала и смотрела на небо. Я искала облачко, похожее на девочку с хвостиками. Но ничего... И мне показалось, что я совсем одна. И я не слышу тебя... И ты меня тоже не слышишь.

Я все смотрела и смотрела в небо. Тучи, тёмные облака медленно проплывали по небу. И мне показалось, что ты сказала: «Обернись». Я обернулась, но увидела себя в зеркале... и больше ничего...

А потом я ушла работать. И вдруг увидела в окне солнце... и дождь! «Надо же, такое яркое солнце и дождь! А вдруг я увижу радугу!» Я снова подошла к окну и стала вглядываться в яркое небо. «Нет, не вижу...»

И тут я поняла, что означало «Обернись». Ведь радуга на другом конце! И я пошла скорей в другую часть дома, в твою комнату! И я ее увидела! Огромную! Красивую радугу! Радуга! Я так долго ее ждала! Как будто надежду...

Спасибо! Я была так счастлива! Я перестала плакать и только смотрела на эту радугу. Всего минутка, и она пропала. Но я все улыбаюсь теперь. Ты со мной. Я так рада, что я слышу тебя!

Да, я слышу тебя.

18 мая 2022

День 23. Под защитой

Сегодня хлопотный день.

Нужно успеть съездить на другой конец города, отснять видеоматериал для рекламного ролика нового направления. Я веду машину медленно. Я первый раз за рулем спустя несколько месяцев. Я давно не водила. Долго не могла себя заставить снова сесть за руль. Я не люблю водить, и машина мне нужна была только чтобы забирать Соню из школы. А теперь еще и операция на колене. И я даже хожу пока с трудом.

Но я сама уверенно и настойчиво предложила Саше поехать в автосервис на двух машинах. План был такой — доезжаем до автосервиса, Саша оставляет свою машину, и дальше мы едем на моей. Нам еще нужно успеть на приём к врачу. Так что жаловаться поздно. Нужно вспомнить, как это делается и доехать без приключений. Саша впереди на Марусе я следом за ним.

Маруся — это наша любимая машина. Я назвала ее так, потому, что когда мы ее купили, она была похожа на русскую красавицу. Белая Ауди с гжелью на заднем бампере. Немка с русской душой. Она мне этим и понравилась. Любовь с первого взгляда. Саша любит Марусю. И я тоже. И он очень заботится о ней. Говорит, он так ее любит, потому что я ее выбрала. Несколько месяцев назад Саша установил на нее новую тормозную систему. Много кто обращал внимания на эти новые колёса и новые тормоза. И тогда мы решили предложить такие же любителям тюнинга — владельцам спортивных машин.

Я начала этот проект давно, ещё летом. Думала управиться за пару месяцев, быстро запустить рекламу и по отработанной схеме начать отрабатывать заказы. Но дело затянулось. Логотип, сайт, фирменные материалы. Фото и видеосъемка.

Долгое обсуждение деталей расчета с поставщиком. Все это заняло больше полу-года.

После того, как Соня ушла, я уже и не планировала продолжать этим заниматься. Мне было уже все равно. Если бы не Саша. И его новый знакомый.

Наш друг Димка познакомил Сашу со своим знакомым. Он оказался так же, как и Саша — фанатом тюнинга. Они с Сашей быстро сдружились. Благодаря ему Саша познакомился с полезными и хорошими людьми, специалистами в сфере авто-тюнинга. Мне и Саше всегда нравилась авто-тема. Мы любили смотреть ТВ-шоу, где классные специалисты прокачивали машину клиента. И втайне мечтали заниматься тем же. Вот так же получить заказ, сделать очень хороший тюнинг и потом отдать счастливому владельцу его обновлённую «ласточку».

Вспоминаю себя и понимаю, что еще с юности любила эту тему. Ещё с тех пор, как познакомилась и начала встречаться со своим первым парнем Артемом. Тёма. Тёмьч.

Он был безбашенный, смелый, и сильный. Он классно водил машину и имел пол-города друзей. Его куртка всегда пахла бензином, а руки всегда напоминали о том, что не меньше, чем хороших людей, он любит хорошие тачки. Мы встречались 7 или 8 лет. И это было хорошее, веселое время. Потом мы остались хорошими друзьями. Но с тех пор, как я первый раз вышла замуж мы перестали общаться. Тёме не нравился мой первый муж. У него и самого тогда было не простое время. В работе. В отношениях. И он просто пропал. Я не видела и не слышала его лет 10. Может поэтому «авто-тема» всегда была мне интересна? Ностальгия по бесшабашной юности.

Вот так, авто-тема снова появилась в моей жизни.

Саша показал своему новому знакомому наши материалы по тормозным системам. И ему понравилось то, что мы делаем, он решил помочь. Стал рассказывать о нашем товаре своим знакомым, владельцам автомастерских. Ему понадобились дополнительные материалы. Мне пришлось сдуть пыль с заброшенной идеи и рисовать прайсы, менять сайт. Мне не хотелось делать ничего, я помню, с каким трудом мне все это давалось.

Тут как раз пришло время ехать на видеосъёмку к нашему потенциальному партнёру. Я планировала сделать рекламный видеоролик. А для этого нужно было записать видео процесса по новой услуге, которую так же предложил опробовать Сашин знакомый. Одно дело — продажа товара. И совсем другое — продажа услуги. Тут самое главное люди.

Я сомневалась, хочу ли я этим заниматься. Несколько раз пыталась придумать причины, почему мне не стоит «в это ввязываться»: «Сейчас не лучшее для этого время», «Мне теперь ничего не нужно», «Я не смогу себя заставить» - говорила я

себе. Но все равно делала то, что просил Саша. Без интереса, эмоций и без ожидания, на автомате, но делала.

Но, когда я побывала там, я увидела хороших специалистов, новое оборудование, красивый светлый производственный цех. И я поняла, что люди, которые работают здесь — любят своё дело, и я хочу стать его частью. Дата и время съёмки были назначены. И вот мы едем на место. Сашин знакомый уже ждёт нас в назначенном месте съёмки. Но мы опаздываем.

Я выхожу из машины. Вернее, выкарабкиваюсь из неё. Уфф.. добралась. Через весь город... И мы даже вроде как успели?.. «Оля, вот, познакомься. Это Артём, я тебе про него много рассказывал!» — слышу я Сашин голос.

Я вижу его. И не верю. Но он подходит ближе. И я узнаю эту походку. Он идёт ко мне. Улыбается, раскинув руки для того, чтобы обнять. Это же... Тёма. Тёмыч! Тот самый, безбашенный парень из моей юности... Он стал старше. Но он почти не изменился. Как будто и не было этих 10 лет!

Я так растеряна и так рада ему. Я обнимаю его. А он, как и всегда поднимает меня. Он высокий. И мои ноги не касаются земли. И мы так и остаёмся: я обнимаю его за шею, он несёт меня через улицу. Саша все понял. Догадался. Улыбается. Он рад, удивлён, но очень рад, что мы встретились. Тёма говорит мне тихо: «В пятницу я почувствовал, что Сашиной женой окажешься ты...» Я плачу. Он утешает меня как когда-то: «Тише... тише.. ну все.. все» Я говорю ему: «У меня дочка погибла...» Он отвечает: «Я знаю... Тише. Ты сильная. Ты справишься. Все будет хорошо.»

Я снова почувствовала себя как когда-то. Под защитой. Вокруг меня так много больших и сильных ангелов. Саша. Андриан. Димка. И теперь Тёма.

Я не знаю, что это если не чудо?

В Питере живет несколько миллионов человек. Но я снова встретила своего близкого друга вот так — через время и расстояние. И через своих близких друзей. Иногда мне кажется, что все мы из одной группы родственных душ. Которым суждено было встретиться. И не расставаться. Особенно в такое трудное время.

Спасибо...

19 мая 2022

День 24. Когда Соня станет морем

Однажды мы с Соней стали говорить о смерти... Мы много и часто подолгу говорили с ней обо всем.

Точнее, говорила обычно я... Она спрашивала, а я отвечала на все ее вопросы. И иногда одна тема плавно перетекала в другую. И начинали мы с обсуждения какого-то момента из любимого фильма или сериала, а заканчивали космосом, Вселенной, любовью, или... например, как в этот раз... смертью.

Кажется, мы говорили о Вариной маме, которая умерла от рака. И так как у меня тоже был поставлен диагноз «онкология», я понимала, насколько это выбивает из обычной жизни. Не только сам заболевший, но и каждый, кто любит и боится потерять своего близкого, начинают думать о смерти. Эта мысль о том, что теперь ты не просто смертный, а ты смертный в любой ближайший момент. И плавно мы перешли к тому, что я бы не хотела, чтобы меня хоронили, чтобы меня зарывали в землю, чтобы собралась куча людей и все бы стояли и плакали... И я сказала, что я хотела бы, что меня кремировали и мой прах развеяли там, где я была счастлива. И тогда я сама стану тем местом, где испытала большую радость...

Соня слушала внимательно и потом сказала: «Да! И я бы тоже так хотела...» Тогда я улыбнулась: «Ну вот, значит расскажешь потом своим деткам или внукам, как бы ты хотела, чтобы они тебя похоронили».

И когда все это случилось, я уже знала, что она не хочет, чтобы мы приходили на кладбище... чтобы заказывали гроб... Она хотела стать частью того места, где была счастлива. Я звала ее иногда «Жук-плавунец», потому что она очень любила море и плавать. И очень любила приезжать к одной бабушке в Крым или к другой в Анапу, на море. Мы решили, может развеять Сонин прах в море?..

Оказалось, что разрешение на кремацию получить не так уж просто, и на саму процедуру стоит большая очередь. Разрешение нам помог получить следователь. Он с большим пониманием отнёсся к нам и постарался сделать все процедуры быстрыми, помог избежать излишней бюрократии. Всеми организационными и похоронными вопросами занимался наш близкий друг — Димка. Он попросил позволить ему все сделать самому. У него в этой сфере оказались полезные знакомства. Кто бы мог подумать, что они когда-нибудь пригодятся...

Димка попросил нас не приезжать на кремацию.

Мы мысленно спросили Соню, как бы она хотела — хочет ли она, чтобы мы пришли и проводили ее? Я вдруг осознала, что мы, фактически, и не видели Соню мёртвой. В ту ночь на наших глазах ее тело продолжало подавать признаки

жизни... Хотя потом следователь сказал, что скорей всего это была клиническая смерть и тело функционировало какое-то время, пока постепенно не отключились жизненно-важные органы.

Когда ее забрали врачи, после неудачных попыток реанимации, они не пустили к ней в машину после объявления о ее смерти.

Соня как будто передала нам обоим, что Димка — большой и добрый Ангел, и он прав, и нам не стоит приходить туда. Ее душа давно на небе. И она не хочет, чтобы мы запомнили ее такой, там, в этом месте, где уже нет жизни.

В тот день и час, когда это произошло, Димка написал Саше сообщение: «Все». Мы отпустили воздушный шарик в небо и устроили небольшое чаепитие с тортом. В честь того, что Сониная душа наконец-то стала свободной от земного тела и вернулась домой. Соня обожала сладкое и для неё мы тоже купили кусочки ее любимых пирожных. В каждый кусочек мы поставили свечку. Как делали это, когда поздравляли ее с Днём Рождения. Мы отпускали ее душу в небо, и мы прощались с ней...

В итоге прошло около трёх недель с момента ее гибели, когда наконец все бумаги были оформлены, свидетельство о смерти получено. Наша хорошая подруга Аня привезла урну с прахом пока нас не было дома.

Мы зашли в нашу квартиру и сразу увидели ее. Она была такая красивая... И рядом в вазе стояли 2 розы. Они простояли потом очень долго, а одна из них стояла почти месяц! Она уже засохла, но осталась такой же красивой! Она выглядела так, как будто была живая. Но когда Саша дотронулся до неё, она просто рассыпалась в прах... После этого я попросила Сашу принести новую, живую розу. И теперь он приносит новую розу каждый раз, когда предыдущая вянет.

Итак, спустя 3 недели мы поехали к моим родителям в Краснодарский край, в Анапу, к Сониной бабушке, которая любила ее сильнее, чем меня, свою дочку. Сильнее, чем всех своих родных и близких.

И мы хотели отпустить Соню там, где она была счастлива. Оставалось лишь выбрать подходящий Пирс. Мы побывали с Сашей на разных пляжах Анапы, и когда я увидела тот самый берег и поняла — это именно то место.

Но так как это был март, а сезон открывается только в июне, все пирсы были закрыты. Тогда мы решили вернуться летом и отпустить Соню в море. Соня как будто ответила на наш вопрос: «Соня, ты бы хотела стать морем?» — «Да...»

Мы скоро вернёмся назад и тогда Соня станет морем...

20 мая 2022

День 25. Страх

Много лет мы спали с Сашей в разных комнатах. Он стал очень храпеть, а я, наоборот, стала очень чутко спать. Он пытался исправить дело с помощью операции, но результат вроде как стал даже хуже.

Мне не помогли даже индивидуальные силиконовые беруши, которые я заказывала у Отоларинголога в специальной мастерской. В итоге мы смирились с этим и даже во время совместных путешествий брали 2 номера в отелях — каждому по комнате.

Сразу после того, как Соня погибла, я не могла быть одна. Не могла оставаться одна. Я снова стала спать в одной кровати с Сашей. Не высыпалась от его храпа, но не могла оставаться одна. Не потому, что я боялась призраков или чего-то такого, нет. Я верила в то, что Сониная душа выскользнула из тела за секунду до физической смерти. Она была уже на пути к дому, но вернулась, чтобы поддержать нас той ночью. Особенно Сашу, пока мы пытались бороться за ее жизнь там, внизу. А потом, как только она поняла, что мы вместе, в эту же минуту освободилась от земных тягот и вернулась домой.

Наоборот, я очень хотела, мечтала о встрече с ней во сне. Но она не приходила довольно долго. Я не могла оставаться одна, потому что боялась, что не смогу остановиться и сделаю с собой что-нибудь. Я сидела на пассажирском сиденье, рядом с Сашей, когда он ездил по делам. Ждала его в машине. Я даже пришла вместе с ним в парикмахерский салон и сидела рядом, пока наша подруга Надя стригла его. Потом мы уехали в Анапу и вернулись в Питер к назначенному дню операции на моем колене.

За день до госпитализации Саше нужно было уехать по делам, и я впервые осталась надолго одна, часов на пять. Я сидела за компьютером, работала. Вдруг на меня «свалилось» осознание — «это все правда!.. это действительно произошло!»... Но к таким осознаниям я почти привыкла. Только на какие-то минуты удавалось отвлечься на работу. Но и работа перестала меня увлекать как раньше. Я слышала в своей голове все чаще вопрос: «Зачем это все? ...»

Так и случилось снова. Но обычно мне нужно было поплакать, поговорить с Соней, и через какое-то время мне становилось легче. Но не в этот раз. Я почув-

ствовала, что не могу дышать. Я встала и стала ходить по квартире — из одной комнаты в другую. И в голове было одно и то же: «Я не смогу! Я не смогу! Я не смогу! Это все бессмысленно! Все бессмысленно! Я просто не могу!»

И вдруг я обнаружила себя, стоящей у окна, на кухне. Я стояла и смотрела в него, пытаюсь понять, что мне делать дальше. Я подошла к нему, и представила как тут, так же как я сейчас, стояла Соня... Как смело она открыла его и без единого сожаления и сомнения, без единого звука, сделала шаг на пути к своей вечной свободе. От страха, боли, чувства вины...

И я открыла окно. И посмотрела вниз: «Вот там она лежала. Вот там ее увидел Саша... «Лежала как ангел» — вспомнила я слова Саши, «так безмятежно, так спокойно...»

Я наклонилась вниз... но в следующий момент я испугалась и поняла, что я себя почти не контролирую и мне нужна помощь... Через минуту в квартиру практически вбежал Саша... оказывается он писал и звонил, а я не слышала. С тех пор Саша закрывает жалюзи на кухне каждый вечер. Мне все ещё трудно смотреть в это темное окно.

На следующий день, когда мы приехали в больницу на госпитализацию по поводу операции на моем колене, Сашу не хотела впускать медицинская сестра. Она не знала, что мы заранее договорились с врачом о том, что Саша будет со мной постоянно в больнице. С утра до позднего вечера. Для этого Саша так же как и я, сделал ПЦР- тест на ковид.

— Не положено!

— Но как же Часы посещения? Ведь родные навещают пациентов?..

— Из-за ковида не пускаем даже родных к больным в палату!

— Ну вот же, поэтому и ПЦР-тесты сделаны! И я и муж сделали эти тесты.

— С чего это Вашему мужу разрешили быть с вами в палате? Не может этого быть!

Я посмотрела на эту женщину. Безразличную женщину с пустыми глазами.

Я смотрела на нее, а она кажется, смотрела на меня. Но она не видела ничего. Она как будто смотрела сквозь меня. Как будто меня просто нет... Пустота.

Я почувствовала, как внутри меня снова появилась эта холодная темная обреченность: «Я не смогу... не смогу... я не смогу...» Но в следующий момент, внутри меня яркой вспышкой гнев! Тот самый, что спасал меня не раз, тот, что не давал опустить руки:

— С того, что у меня 3 недели назад погиб ребёнок и у меня навязчивые суицидальные мысли! — неожиданно для самой себя выпалила я...

- Я про это ничего не знаю. Не положено! — без тени сомнений и сочувствия продолжила сестра.
- Мы договорились заранее с врачом. Он разрешил!
- Договаривайтесь с заведующей. Я не пущу!
- Хорошо. Я отказываюсь от госпитализации. Саша, поедem домой.

Саша все это время был в растерянности. Он не ожидал, что женщина напротив может быть такой безразличной и даже жестокой. Он не ожидал, что я скажу вот так прямо о причине, по которой его присутствие рядом со мной так необходимо. Он не ожидал, что я развернусь и буду готова уйти. Я хотела встать и уйти, но тут уже вмешался Саша:

— Позовите, пожалуйста, заведующую.

И тут я почувствовала, что снова надвигается это странное темное состояние — то ли паники, то ли беспричинного страха. Я не могла больше сдерживать это. Я начала плакать прямо там, сидя напротив окна администратора-распределителя в приемном отделении.

Пришла заведующая и Саша все ей объяснил. Она сразу разрешила ему пройти со мной и быть вместе в палате. «Что мы, звери какие, так издеваться над людьми?...» — сказала она и была очень заботлива и помогла провести приём на госпитализацию, поддерживая меня под руку, практически проследовав вместе со мной в каждый кабинет.

Чуть позже ко мне даже пришёл психиатр. Он задал мне несколько вопросов и выписал рецепт на антидепрессант, на целый год вперёд. Обычно такие рецепты фармацевты сразу забирают, когда ты покупаешь препарат. Но этот рецепт имел статус «вечный». Отъему он не подлежал.

Так мы стали жить с Сашей в больнице. Он приезжал обычно днем и оставался со мной до позднего вечера. Первый раз я стала оставаться одна на ночь в больнице. И постепенно я привыкла, и уже не боялась.

Вернувшись после операции домой через несколько дней, я стала оставаться дома одна на более долгий срок. Мы даже стали снова спать в разных комнатах, потому что иначе я просто не спала почти всю ночь. И страх стал постепенно отпускать меня.

И только раз в месяц, в ночь со 2-го на 3-е число каждого месяца я снова чувствую его. Сегодня я как будто «услышала» в своём сознании:

«Если бы вы могли хотя бы на мгновение представить, как прекрасно, как безмятежно здесь! Вы бы не грустили так и не жалели бы умерших, а сами хотели бы быть частью этого света. Здесь безграничная любовь, радость и счастье. Никаких страхов, боли, ненависти, ничего, что делает жизнь на Земле такой тяжелой.»

Эта мысль действительно успокаивает меня. Я хочу думать и верить, что Соня счастлива сейчас. Что ее душа дома, и ей радостно и спокойно.

А мы пока здесь, на Земле... Ошибаемся, нам больно, мы страдаем, грустим и плачем. Мы сожалеем о том, что было сделано или наоборот, не сделано. О том, что было сказано или наоборот, чего не сказали, а так хотели, но уже поздно...

Время. Бесценный и жестокий дар всем живущим на Земле душам в телах смертных людей. Нельзя пожить в черновике, а потом исправить, переписать все «на бело». Ошибки неизбежны. Ошибаемся — страдаем... Исправляем... Снова ошибаемся и снова страдаем.

Страдания и поражения нужны нам, чтобы заслужить свою свободу. Когда мы научимся всему, что нужно, мы сможем быть свободны от этого мира.

Нет верных или не верных выборов. Есть опыт, который в итоге ведёт к необходимому обучению души. И у каждой души свои уроки, свой путь к этой свободе.

Значит впереди у нас есть время и возможность отыскать этот Путь. Путь от страха... к миру в душе.

21 мая 2022

День 26. Пустота

Мы за городом. Тут очень хорошо. Тишина и покой. Звуки, которые я забыла, пока жила в городе: Птицы поют, деревья шумят, и где-то вдалеке шум воды. Солнечная погода стоит который день.

Я не хотела ехать. В день отъезда меня «накрыло». И не отпускает до сих пор. Еле-еле собралась. Было и так не легко, а рабочие задачи «помогли» опустошить последние запасы энергии. Бумажные платочки на исходе. Нет сил даже встать с кровати.

Пение птиц... сосновый лес.. ничего не радует. Я не верила, что так бывает: когда ты не можешь даже встать с кровати и каждый шаг даётся с большим трудом. Глаза на мокром месте. Смотришь в одну точку. Мысли то ли заторможены, то ли совсем пустота.

Раньше я просила от неё поддержки, любого знака. Я хотела услышать ее, почувствовать. Вчера я поняла, что не хочу ничего. У меня нет больше сил и желаний. Ни мирских, не духовных.

За эти пару дней я почувствовала эту пустоту. И вместе с ней... разочарование... Это и есть, наверное, уныние. Самый страшный грех. Я больше не хотела верить. Не хотела бороться. Я просила дать мне возможность скорого ухода. Болезнь, несчастный случай. Все что угодно. Все равно что. Лишь бы поскорее. И не потому, что я хочу встретиться «там» с ней. Нет. Я хочу, чтобы мое сознание выключилось. Раз и навсегда. Как выключатель — дернул за веревочку — крошечная тьма. Ни мыслей, ни чувств, ни памяти. Мне все равно, есть ли что-то «там» после смерти. Пусть там ничего нет. Я только хочу, чтобы был покой. Чтобы стало темно и тихо. Чтобы ни одна мысль не смогла пробиться через эту стену.

Первая ночь за 2,5 месяца, когда я не пожелала спокойной ночи своему «веселому ёжику», и не обнимала всю ночь единорожку Соню вместо ее маленькой хозяйки. Я засыпала в слезах и с мыслями, что хотела бы уснуть и больше не проснуться. Вместо фото Сони на экране моего телефона теперь просто чёрный фон. Да, именно так я сейчас чувствую. Так вижу мир вокруг. Чёрный экран. Хотя вокруг яркое солнце, тепло и очень красиво.

Это ужасно. Это подло. Это мерзко. Думать так. Не мне одной плохо. И я должна быть благодарна за то, что жива и здорова и что живы и здоровы мои близкие. Я знаю... я все знаю и все понимаю... и мне очень стыдно за то, что я причиняю столько боли своим близким. Стыдно, что я такая слабая. И такая не благодарная. Я не могу улыбнуться в ответ. Я не могу порадоваться подарку или просто хорошему дню. Это ещё хуже. Когда очень больно, но ещё хуже то, что я чувствую себя утешающим, который топит тех, кто пытается его спасти. Я бы хотела остаться одна. Чтобы было темно и тихо. Чтобы никого не было рядом. Чтобы не пришлось чувствовать вину за то, что своим видом ты заставляешь страдать близких людей.

Тётя Света, сестра моего отца, рассказывала о своей дочери, которая тоже потеряла ребёнка. Тётя сокрушалась на счёт того, что Маша, ее дочь, после того как потеряла своего ребёнка, перестала ходить в церковь, перестала верить в Бога. Тётя Света не могла понять и принять этого. «Это она зря... как же так?...» Вам не понять. Счастливицы. Вам просто этого не понять. Это такая боль, что она вытесняет веру. Причём, совершенно не важно, верующий ты или атеист. Когда у тебя отбирают самое дорогое и любимое. Того, ради кого ты жил, кого любил больше всего. Зачем пытаться снова? Где же в этом смысл? Зачем такая боль? Когда твой ребёнок добровольно уходит из этой жизни, отворачива-

ется, отказывается от всего и от тебя тоже... Ты уже не знаешь, во что верить и ради чего жить дальше... И как жить дальше? Ведь все что ты любишь, все, чем дорожишь, все это просто исчезнет. Когда ты не будешь к этому готов.

Внутри тебя становится так холодно и пусто, что там нет места для чего-то ещё. Эта темная, холодная пустота заполняет тебя полностью. И она становится тобой. Ты и есть эта пустота теперь. И все что тебе остаётся — ждать. Ждать конца. И остаётся только надежда, что его не придётся ждать слишком долго.

Даже если это правда и душа приходит на Землю, чтобы пройти свой урок. Боюсь, в этой жизни я свой урок не прошла.

...Пожалуйста... забери меня поскорей... я не справилась, мне очень жаль...

22 мая 2022

День 27. Что ты видишь?

— Что ты видишь сейчас?

— Люстру...

— Так... ещё что? Там есть окно?

— ... да

— Что ты видишь в окне?

— Эээ... деревья...

— Что ещё?

— Не знаю, мне не видно, что там ещё...

— Почему?

— С кровати не видно больше.

— Вставай!

— Неет...

— Вставай и подойди к окну!

Я уже сто раз пожалела, что перезвонила Тёме... Два не ответенных вызова подряд за полминуты. Я его знаю... будет звонить, пока я не возьму трубку... И вот, перезвонила на свою голову...

— Ну зачем вставать то?..

— Давай, обернись в одеяло, подойди к окну. Подошла?

Ох ты ж... ладно... проще сделать, чем объяснить, почему нет. Подошла.

— Что видишь?

— Ну... дом... о! Колючая проволока...

— Тааак... это не подходит. У вас есть там веранда?

- .. да.. есть..
- Вот. Давай, дуй на веранду!
- Нееееет... не хочу выходить...
- Давай-давай, иди на веранду! Ты уже там?
- Иду, нет, плетусь на веранду... холодно. Я в летней пижаме и тапках-валенках. Сажусь на скамейку. Да, я уже там.
- Ну, а теперь что видишь?
- Ну... мусорка... швабра...
- Да что ж за место то такое?! Колючая проволока, мусорка, швабра... что-нибудь красивое есть там?!
- Ну, деревья...
- Деревья уже были. Ещё что есть?
- ... небо..
- О! Небо! Какое там небо?
- Яркое... голубое...
- Хорошо! Смотри вокруг. Что ещё?
- Люди играют, стульчик-гамак. В нем, наверное, удобно сидеть... мангал... дрова... холодно! — Саша обложил меня куртками, кофтами, жилетками. — Я все, я в дом пойду... Я возвращаюсь в теплый дом, снова забираюсь в кровать.
- Так ладно. Теперь вот что. Слушай. Слышишь меня? Теперь скажи мне. Кого ты видишь рядом с собой?
- ... Кого?... Хороших людей. Которые любят меня...
- Так. Хорошо. Ты не одна.
- Да, я знаю... знаю, что не мне одной плохо... — начала оправдываться я.
- Нет! Я не об этом. Я о том, что рядом те, кто хотят тебе помочь. Но ты не даёшь.
- Тёма... я не поэтому... я сейчас как утопающий, который топит своего спасителя...
- Нет. Ты не права. Он может тебя спасти. Если ты позволишь. Причём, если ты позволишь ему спасти тебя, ты спасёшь и его. Понимаешь меня?
- Да... но...
- Не надо никаких «но». Я знаю тебя много-много лет. И я вижу, что ты закрылась. Так плотно, что ещё немного, и ты уже не вернёшься оттуда. Ты понимаешь?
- Да...
- Вы — одно целое сейчас. Понимаешь меня?
- Да... я пытаюсь...
- Не надо пытаться, Оля. Надо сделать. Надо позволить. Надо поверить. Надо довериться самому близкому и родному человеку. Вместе у вас есть шанс справиться. Не оставляй его сейчас.
- ... — я молчу
- Ты меня слышишь?
- Да...
- Ты сделаешь то, о чем я прошу?

- Да...
- Обещаешь?..
- Да...
- Что ты сейчас сделаешь, когда положишь трубку?
- Я пойду поем. Саша приготовил еду. Я не хотела есть. Но теперь пойду и поем вместе с ним.
- Отлично! А что у вас на обед?
- Я не знаю...
- Так иди посмотри и Расскажи мне!
- Я встаю с кровати и плетусь в гостиную. Саша уже положил по тарелкам обед.
- Картошка и мясо! И салат!
- Ммм, вкуснятина! Тогда приятного вам аппетита!
- Спасибо!
- Все. Мы договорились. Не забудь.
- Да. Я обещаю тебе.

Мы поели, и я наконец-то пошла и умылась. Было уже 5 вечера. А потом мы пошли на прогулку.

Мы дошли до озера. И посидели у воды. Мы шли через сосновый лес. И сидели, обнявшись на лавочке на пляже у озера. И потом, уже возвращаясь домой, Саша услышал какой-то шорох в кустах. Это был Ёжик! Я не видела ежей очень давно. И сейчас, увидев его в кустах, такого толстенького и колючего, я была так рада! «Я не человек, и не горошек. Я ёжик, веселый ёжик!» — так я говорила каждую ночь Соне, крепко обнимая ее перед сном.

Я сфотографировала его! И солнце через сосны. И озеро, и Сашу, сидящего на пляже, глядящего на воду. И наш домик. И чизкейки на десерт перед камином.

Все эти фотографии я отправила маме. И Тёме.

Отправляя фото Артёму, я написала: «Ты спрашивал, что я вижу»

Посмотрев фото, он ответил: «Вот теперь я вижу, что ты видишь.»

23 мая 2022

День 28. Хижина

Оставаясь в этом домике на природе, я вдруг вспомнила о фильме, который мне посоветовала посмотреть одна хорошая женщина, Елена.

Саша познакомил меня с ней, когда привёз на косметическую процедуру. Он хотел позаботиться обо мне и подарил мне ухаживающие процедуры для лица. Пока

Елена делала массаж и накладывала 100500 маску, она спросила меня о моей ноге. И почему я хромаю. Я ответила, что это неудачная тренировка по карате.

— О, а Вы оказывается, такая боевая девушка!

— Нет... это была моя первая... и наверное, последняя тренировка по карате... я там и повредила ногу.

— Да? А почему Вам захотелось пойти на карате?

— У меня дочка ходила... на карате... я тоже хотела попробовать...

— Ой, надо же! А сколько дочке лет?

Дальше я уже плакала...

— Ой... я что-то не то сказала?... простите...

— Нет, нет... вы не виноваты... просто она погибла два месяца назад... и поэтому я сейчас часто плачу...

— Ох... держитесь, мне так жаль! Я вам очень сочувствую...

— Да... спасибо...

— Вы знаете, у меня три года назад тоже случилось горе... скоропостижно скончался муж...

— И я Вам очень сочувствую!

— Да... спасибо! И знаете, ещё очень тяжело, потому что... мы поссорились перед его гибелью... и я очень долго никак не могла справиться...

— С чувством вины?..

— Да.

— Я Вас очень понимаю...

— Да... вы знаете, я посмотрела тогда один фильм. Он мне очень помог! Посмотрите его! Он очень хороший! Называется «Хижина».

— Хорошо, спасибо. Посмотрю обязательно!

Так я узнала об этом фильме. И после того, как я успела всего за два дня в этом прекрасном месте испытать и кризис веры и снова обрести надежду, мне показалось, что просмотр этого фильма будет славным завершением этого не простого путешествия. Мы тоже тут, в каком-то смысле в хижине.

И мы посмотрели этот прекрасный фильм. Очень сильный. Мудрый, добрый. Мы проплакали почти весь фильм. Потому что испытали и пережили свой страх и гнев, снова пережили вместе ту ночь, полную ужаса и боли. Мы увидели, как отец погибшей девочки пытается бороться с чувством вины, как старается простить себя. Как вновь обретает настоящую веру. Но для этого ему нужно научиться не судить. Не разделять мир на плохое и хорошее. Не оценивать. Ведь винить себя — значит судить. Даже Бог не судит. И даёт возможность людям совершать ошибки. И все равно любит своих детей. Каждого из них. Так почему же мы, люди судим, оцениваем, выносим приговоры. Другим, себе.

Одной из самых тяжелых сцен, которую смотреть было особенно не легко, было то, как отец горюет, когда хоронит свою девочку. Как прощается с ней.

После фильма мы много плакали. Мы разговаривали. Это не простые разговоры. Но нам нужно пытаться говорить об этом. Нужно говорить, нужно позволять себе чувствовать эту боль, проживать ее. А вместе проживать это намного легче. Иначе чувство вины может утопить тебя в чёрных водах печали. Если ты не сможешь помочь самому себе. Если не позволишь себе жить. И простить себя — это самое сложное. Но, может быть, если 1000 раз сказать искренне «Я прощаю себя», это и правда поможет?..

Главному герою, Маку очень повезло, он смог увидеть ее, свою девочку. Счастливую и радостную, играющую с другими детьми на залитом солнечным светом лугу. И тогда он успокоился. Потому что понял, что она счастлива. Ей хорошо. Она в безопасности.

— И она прощает меня?.. — спросил он у Ангела, который позволил ему это «свидание» с его девочкой.

— Прощает?..

— Да. За то что не успел вовремя. За то, что не уберёг её... Она прощает меня?

— Она так не думает. Она вообще так не думает. Все хорошо. Не думай о прошлом. Хотя тебе сейчас и очень тяжело, помни — не обязательно делать все в одиночку.

Я чувствую, что мы вместе. И мы сильнее вместе. И да, боль не проходит быстро. И может быть, она не уйдёт полностью никогда. Но у нас есть шанс вырастить в этом хаосе эмоций и чувств что-то новое... даже если в его основе будет боль. Теперь придется заново учиться многим вещам — Любить. Верить. Прощать. Радоваться. Отпускать прошлое. И верить в то, что у нас есть будущее.

Бог не обещал дней без боли, смеха без слёз, солнца без дождя... Но Он обещал дать силу на каждый день, утешить плачущих и осветить путь идущим.

Сарая, святой Творческий дух, воплощённая в виде прекрасной девушки, сказала, глядя на ядовитый корень: «Яд — это не плохо. Если яд одного растения смешать с соком другого — то получится самое лучшее лекарство.»

Нам теперь нужно искать своё лекарство. Боль и Вера. И немного Любви.

Боли у нас в избытке. У нас еще есть немного любви. Осталось научиться верить.

«Встреча двух личностей подобна контакту двух химических веществ: если происходит реакция, то трансформируются оба.»

Карл Юнг

Утром, выезжая как-то по делам в город, я зажмурилась от яркого солнца, которое на пару мгновений показалось из-за темно-фиолетовых туч. Присмотревшись, я увидела радугу! Впереди, на востоке пробивалось солнце, а позади, в зеркале заднего вида я видела хмурое, темное, дождливое небо.

В Питере погода бывает капризной, все кто живут в этом городе знают о его «сложном характере». Не каждый, кто попадает сюда, проникается этим духом и принимает его. Это либо любовь, либо нет. Я полюбила этот город с первого взгляда, вида, запаха и упорно стремилась вернуться сюда. И мне это удалось!

Здесь, в Питере, я познакомилась со своим будущим мужем, отцом Сони.

Это была необычная история, ведь я собиралась замуж за другого парня. До свадьбы оставалась неделя, гости были приглашены, необходимые приготовления сделаны. Именно в это время Саша и пришёл в нашу компанию.

Замуж я все-таки вышла. Но все, о чем, точнее, о ком я могла думать, это о нем. О Саше. Он позже любил рассказывать нашу историю. И Соня тоже ее знала.

Он рассказывал о том, как его шокировала новость о том, что девушка, в которую он влюбился с первого взгляда и которая, как ему показалось, влюбилась в него тоже, вышла замуж. Во время нашей первой встречи время остановилось... Это правда так! Если это ваша судьба, вы это точно почувствуете!

Но я испугалась... я не поверила. И я сделала то, чего от меня ожидали и то, что было «правильно». Это было большое испытание, которое длилось около года.

Саша тоже был женат на момент нашей встречи, но он почти сразу развёлся. А вот я все пыталась играть роль «правильной жены».

Мой первый муж очень изменился во время нашего такого короткого и сложного брака. Он был моим лучшим другом до того, как мы начали встречаться. Ну, или мне хотелось так думать... И мне казалось, что это идеальный вариант для меня — мы оба не самые приятные люди с сомнительным прошлым и сложным детством. Уж мы то друг друга точно поймём и примем со всеми этими своими «трещинами» и «неровностями». Но не тут-то было. Лёша, так звали моего первого мужа, стал ревнив и агрессивен. Ещё бы, не успели пожениться, а жена уже смотрит в сторону на какого-то красавчика с работы.

Но, совесть моя была совершенно чиста. Между нами с Сашей не было ничего. Кроме той сильной духовной и эмоциональной связи, которую я не могла сама себе объяснить. Как раз случился кризис 2008 года и постепенно компания, в которой мы работали, распалась. Сначала ушла я, а через какое-то время я узнала,

что и Саша там больше не работает. Так что даже не было повода и возможности нам с ним общаться.

Ну уж Леша мне «отомстил»! Ходила я в то время такая забитая морально и с синяками на руках. Однажды запер меня в квартире, отобрав телефон, ключи и деньги. Воспитывал меня так. В общем, побывав в роли жертвы около года, мне в итоге это надоело. И я подала на развод. Мы развелись, но отношения-качели наши все так же продолжались. Меня мучило чувство вины по отношению к Лёше. Но в то же время был какой-то злобный азарт, что я его «сломаю» и уверенность, что другого отношения я и не заслуживаю.

А на другой стороне был Саша — красивый, любящий, добрый, терпеливый, доверчивый и благородный. Ангел? Не, не может быть! Притворяется, зараза!

В итоге, уже будучи в разводе, когда в очередной раз мы разругались с Лёшей, я пошла «с горя» в ночной клуб с Сашей. И мы там так зажгли, а потом продолжили у меня дома. Было весело и здорово. Но я не относилась серьезно к этому. Мы попытались даже жить вместе. Но моя внутренняя злость... Она разъедала меня изнутри. И я понимала, что мне не нужны отношения. Мне не нужен никто. Мне хорошо одной.

И именно в тот момент, когда я точно решила закончить эти странные отношения кролика и удава (ясно, кто из нас был удавом?), я узнала, что беременна.

Это был шок, это был ужас! Это была моя первая и единственная беременность... Я вообще долгое время думала, что не могу иметь детей. Я была уверена, что таким людям как я вообще противопоказано иметь детей!

«Это невозможно!» — крутилось в моей голове. Мало того, что я каким-то образом в принципе смогла забеременеть, ведь мне было уже 27 лет и я особо не беспокоилась о предохранении, даже будучи замужем, так ещё и физиологически это произошло в такое время, когда, как говорят «самые безопасные дни». Как? Почему? Это какая-то ошибка! Но никакой ошибки не было. Новый маленький человек, новая душа упорно пробивалась в эту жизнь. И меня особо не спрашивали, хочу ли я этого? Готова ли?

Когда я пришла на приём в женскую консультацию, врач сказала, что я должна сделать аборт. Она стала объяснять, что из-за таблеток от гриппа, которые я принимала, когда ещё не знала, что беременна, я могла повредить плод и велик риск родить «урода».

Ребёнок... у меня... ещё и инвалид или урод... так мне и надо... Когда я позвонила Саше, я была в истерике, в шоке, я кричала на него, я ненавидела его!

Потом было 2-3 недели, пока я ходила по разным врачам, пытаюсь понять, действительно ли ситуация такая опасная, как предсказывала врач в первой больнице. И ни в одной больнице мне не давали ответов и не хотели ставить на учёт в

женскую консультацию. Мне даже пришлось лечь в областную больницу на полное обследование, чтобы в итоге выяснить, что ребёнок внутри меня живой и имеет все шансы родиться и даже быть здоровым.

После того, как я вернулась из больницы, я приняла твёрдое решение уйти от Саши. Я больше не могла и не хотела давать ему надежду и мучать его этим. Всю беременность мы почти не общались, если он приезжал в очередную больницу, узнав о госпитализации, я очень злилась на него. Беременность проходила очень тяжело. Почти все время я провела в разных больницах.

У меня всегда были головные боли, с самого детства. Во время беременности они усилились и перешли в затяжные мигрени, когда меня начинало тошнить от боли. Потом у меня случился микроинсульт — после сильной головной боли я стала терять сознание и у меня «отключилась» левая сторона тела. Перед тем как отключиться, я чудом успела дозвониться до телефона и вызвать скорую. Меня отвезли в Мариинскую больницу.

Вот в эту, Мариинскую больницу, однажды приехал бывший муж Лёша. Он предложил попробовать ещё раз начать отношения. Он будет помогать и поддерживать меня во время беременности, а после рождения ребёнка, решим, как быть дальше. Я подумала и согласилась. На тот момент у меня все ещё было ощущение незавершённости этих отношений.

Но у нас не получилось... Лёша видимо пытался, но мысли о том, что я «все разрушила», что «предала» его, никак его не покидали. Он снова стал злым и жестоким. Он не помогал мне, да я и не особенно на это надеялась. Я была уверена, что заслужила все это.

У меня периодически стало «выключаться» зрение. Особенно это было необычно и страшно, когда это случалось, когда я переходила дорогу... Врачи приняли решение, что мне опасно рожать самостоятельно и назначили мне плановое кесарево.

Честно говоря, я была этому рада, потому что с раннего детства, узнав от папы как рождаются дети, я ужасно боялась и не хотела рожать детей... Я так же боялась, что ребёнок, который у меня родится, будет таким же монстром, как и я... Я родилась в ноябре, я самый настоящий, чёрный Скорпион. И я очень боялась, что у меня родится такой же жестокий, замкнутый и злобный человек.

Вот так 12 октября, раньше назначенного срока на пару недель (mmm, ребёнок родится под знаком Весы! Моя любимая мудрая, добрая бабушка была Весы!), так родилась Соня. Нянечки говорили, что такого ангела ещё поискать. Она почти всегда спала. А даже когда просыпалась, не кричала, как остальные дети...

Шрам на животе был уродливым, рваным... Я думала, что я потом его смогу «поправить»... Теперь это мой любимый шрам.. Это то, что связывает меня с моей дочкой и я хочу помнить об этом всегда.

Мне очень понравилась Соня, когда я ее увидела первый раз! У неё были красивые глазки, длинный рыжий чубчик (в кого она рыженькая?!). И она действительно была такая спокойная... Но я чувствовала, что все равно ещё не готова к Материнству...

Ещё долгих 4 месяца я не решалась уйти от бывшего мужа... Я очень уставала, мне приходилось все делать самой. Лёша злился на меня и ночью мог разбудить меня и начать трясти: «Посмотри, посмотри, что-то сделала! Ты нагуляла ребёнка от другого мужика!» Его злость росла, мы оба это чувствовали, он не мог меня простить, а я просто устала.

Однажды я оставила Соню на пеленальном столике, пока пыталась очень быстро сделать что-то... Я слышала, что это опасно, но пока торопилась, я думала: «Я вот-вот подойду, сейчас ещё вот это сделаю и перенесу ее в кровать», и тут я услышала такой страшный звук... такой же, как той ночью 2 месяца назад...

Она упала... она лежала на полу.. но боку.. такая маленькая... такая беззащитная... тогда я чуть не убила ее первый раз. Она не умерла, чудом она была жива, и она заплакала... Я подняла ее и даже смогла ее покормить, пока ехала скорая. Нас увезли в больницу, и мы пробыли там с Соней две недели.

На следующее утро в больнице, у меня пропало молоко... и больше не появилось. Врачи смогли вылечить Соню. Врач тогда сказал, что было сотрясение и ушиб головного мозга. Но из-за того, что кости черепа ещё не окостенели окончательно и фактически она ещё мягкие, из-за этого ее череп не раскололся...

После этого случая я решила больше не возвращаться к Лёше. Я осознавала, как я устала и мне действительно нужна помощь. Саша давно просил меня переехать к нему. И я решила, что это нужно сделать. Так будет лучше и для меня, и для Сони, которая в опасности со мной. Уставшей, с нестабильной психикой, неуверенной в своём материнском инстинкте, маме.

Мы переехали. И Саша сразу окружил меня такой заботой и любовью... Он сам подходил ночью к Соне, кормил ее, пеленал, давая мне возможность поспать.

Была ещё одна проблема. Я умудрилась напортачить за пару недель до этого происшествия. Мы много ссорились с Лёшей, потому что он не доверял мне. Он тре-

бывал доказательств того, что я настроена серьезно и не откажусь от него, от наших отношений, не сбегу, как я это делала много раз. Я согласилась на требования Лёши записать его отцом ребёнка. В графе «отец» числился Лёша, и имя в свидетельстве о рождении ребёнка было Софья Алексеевна.

Мне пришлось сказать об этом Саше. И он очень мужественно перенёс это известие. Но я уже знала, что делать. Я заранее узнала, что смена отчества ребенка производится только по решению суда. Я подготовилась к этому судебному процессу. Договорилась с Лёшей о том, что он подпишет соглашение о том, что он не против, чтобы отцом ребёнка был настоящий, биологический отец. Взамен этих «хлопот» и стресса от «неудобной» для Лёши ситуации, я подарила ему свою машину. Я не умела водить и купила машину, чтобы Лёша мог иногда возить меня по врачам. Фактически она и так оставалась у него, но я предложила переоформить ее на него официально. Такая вот взятка, и он согласился. Сначала мы заехали к нотариусу, а затем в МРЭО, чтобы переоформить авто. Так одним днём я смогла исправить свой косяк.

Суд о смене отцовства прошёл очень легко и быстро. Напечатали новый документ — свидетельство о рождении Софьи Александровны. Мы стали почти семьей!

Спустя время я даже вышла замуж снова. Вернее пришлось. Именно так, пришлось. Мы с Сашей, оба уже бывали в браке и не нуждались в свадьбе или в официальном оформлении отношений.

Но когда в 2015 году мне поставили диагноз «меланома» (рак кожи), а врач ошибочно принял новообразование в печени за метастазы, объявив, что мне осталось жить максимум 4-6 месяцев, мы вместе решили, что лучше сделать это, пока не поздно. А все благодаря моей маме.

Помню, моя мама тогда сказала такую фразу:

— Ну, если с Олей что-то случится, я заберу Соню!

— Как это заберёшь? А как же я? — спросил растерянно Саша.

— Ну а что ты?.. Ты ещё молодой, ещё себе сделаешь детей!

Саша сказал, что не хочет потом судиться с моей мамой из-за своего ребёнка. И я согласилась, что ради его спокойствия в будущем, нам нужно это сделать сейчас. Так я снова вышла замуж. Второй раз. Я часто шутила: «Хорошее дело браком не назовут!» Но жизнь так сложилась, что я побывала замужем 2 раза. К сожалению, это не было осознанное, счастливое событие. Ни первый раз, ни второй. Но видимо так было нужно.

Так у меня появился второй, большой и сильный Ангел.

Мы были очень счастливы. Каждый день. Я долго не могла привыкнуть и поверить, что все это правда и меня можно действительно любить. Я училась любить сама.

И эта смелая душа маленького человека, которая решительно вошла в нашу жизнь, несмотря на наши планы и желания, чтобы полностью ее изменить. Но также неожиданно покинула нас. Чтобы продолжать менять нас. Правда теперь нам нужно постараться вдвойне.

Возможно, мне был нужен этот неудачный опыт с Лёшей, чтобы понять и оценить то, что для меня было действительно значимо и даже судьбоносно — моя встреча с Сашей и рождение Сони. Ведь невозможно в полной мере оценить то, что ты имеешь, если тебе не с чем сравнивать.

Ведь и во время солнечного дня есть тени, а без дождя не бывает радуги.

25 мая 2022

День 30. Волшебный браслет

Перебирала Сонины сокровища (вернее, мои): вот ее молочные зубки, вот бирка из роддома, и маленькая жестяная коробочка. Открываю. Там лежат 2 тоненьких линии — 2 теста на беременность. На каждой из них по 2 полоски. Выцветшие, но все же заметные. Мои единственные положительные тесты на беременность. Я сохранила их. Хоть я тогда и злилась, и боялась ужасно. И не хотела. Но я даже тогда поняла, что это очень важно и нужно сделать правильный выбор. Нужно сделать все правильно. Это выбор, о котором я могу потом вспоминать, либо как о единственно верном, либо как о самом стыдном проступке, о котором буду потом жалеть всю жизнь.

За пару месяцев до этого шокирующего события, своей беременности, я ехала в электричке в свой родной город, навестить родителей. Они тогда жили в Ленинградской области, в 120 км от Петербурга.

Я еду к родителям. Но не домой. Я не чувствовала себя там дома. У меня тогда не было этого ощущения — «как дома» нигде. Я переезжала с места на место. Меняла отношения и квартиры. Работы и планы на жизнь. Принципы и ценности. Я была пустая. И потерянная. Ничего во мне не задерживалось, кроме пустых амбиций и упрямого чувства, что впереди что-то есть. Что-то важное. Просто я ещё не нашла его.

В электричке холодно. Зима. Путь занимает 2,5-3 часа. Если не встанем из-за встречной электрички. А если не повезёт, то можно ехать и часов 5.

«Три по цене одного!», «Все по десятичке!». Дорожные продавцы ходят как обычно по вагонам и продают всякую всячину. Шум от их кричалок почти не умолкает всю дорогу.

И тут в вагон входит парень. Он совсем другой. Он молчит. Он подходит к каждому и даёт какую-то бумажку каждому. Вернее, он пытается ее дать. Половина просто отмахивается сразу: «Нет, мне не нужно». Пока он идёт между рядами сидений, я понимаю, почему он проходит так тихо. Он глухонемой. Он доходит до меня и тоже даёт мне бумажку. На ней написано что-то про молитву и про то, что он собирает пожертвования для монастыря. Я достаю деньги. Жду, когда он пойдёт обратно, чтобы отдать ему обратно бумажку, и я смогу передать ему пожертвование.

Он подходит ко мне, я протягиваю ему его единственную связь с людьми из этого вагона, вместе с деньгами. Он благодарно забирает деньги и даёт мне браслет. Такие продавали в то время. Называли их лечебными, циркониевыми или как-то ещё. Мне не нужен браслет. Я показываю ему знаком, что браслет мне не нужен, что ему нужно просто забрать деньги. Но он показывает, что я должна взять браслет. Я взглянула на этот браслет. На каждом камушке наклеена иконка. Божья Матерь, Иисус, Николай Чудотворец.

Я не религиозна. Можно сказать, я атеистка. Несколько попыток отказаться от браслета ничем не заканчиваются. Парень настойчиво даёт понять, что выбора у меня нет. Я должна его взять. И не просто взять. Он просит надеть его на руку. Я соглашаюсь, надеваю. Показываю ему: «Видишь, я сделала, как ты хотел.» Он смотрит на меня, улыбается, кивает головой и уходит.

Браслет остался на моей руке. Я почувствовала, что это правильно. Дело не в религиозности. Не в направлении твоей веры, не в религиозной конфессии. Дело в вере. В надежде на то, что есть что-то большее, чем твой разум или открытые человеком физические законы. Есть какая-то сила. Которая ведёт тебя, если ты позволишь помочь себе. Браслет оставался на моей руке вплоть до того дня, когда я узнала, что беременна.

Поэтому я сохранила его. Все это время, больше 12 лет этот «волшебный» браслет лежал рядом с Сониными первыми атрибутами ее новой жизни. Соня появилась и наполнила мою жизнь чувством, что у меня есть дом. Ее появление наполнило мою жизнь любовью, творчеством, целями, мечтами, смыслом. Я больше не была пустая. Я увидела, что такое любовь и поверила, что это возможно: любить, даже такого человека как я. Просто так. Но я так и осталась растерянной. Испуганной.

Теперь я смотрю на этот браслет. И думаю о том, что высшие силы дали мне такое чудо, такой подарок. Я родила Соню, ее прекрасное тело. Теперь она ушла... покинула свое тело, но оставила со мной свою душу. Такую прекрасную и любящую. Она подарила мне гораздо больше.

Я положила волшебный браслет поближе к себе. Рядом с чёрным гладким камушком, который Соня подарила мне. Она как-то гуляла с бабушкой по пляжу в Анапе и нашла его. Принесла мне его:

— Смотри, Мама, какой он необычный. Все серые, а этот черный!

— Да, Буся, это мой любимый цвет!

— Я знаю!

Я всегда выбирала чёрные фигурки, когда мы играли в Монополию или другие игры. Наверное, чувствовала в себе какую-то глубокую темноту. Но старалась принимать ее в себе как умела. С тех пор я хранила этот черный камушек. И эти два сокровища были со мной рядом: черный браслет, который возможно «подарил» мне Соню и черный камушек, который мне подарила Соня.

А ещё у Сони была волшебная палочка. Умклайдет. Мы читали на ночь Стругацких «Понедельник начинается в субботу». Этот металлический цилиндрок мы нашли с ней в квартире случайно, как раз когда читали о невероятных приключениях Шурика в НИЧАВо. Он очень уж подходил по описанию на тот самый волшебный артефакт, благодаря которому с героями этой чудесной научно-фантастической истории случались разные невероятные казусы. Каждый раз, когда я читала Соне эту повесть, она брала свой Умклайдет в свои ручки и держала его при себе. Теперь он лежит рядом с ее фотографией. И Соня постоянно дарит нам чудеса. То подарит радугу, то ёжика, то встречу с другом, которого не видела 10 лет...

После недавней ночи, когда мне показалось, что я потеряла веру и надежду, когда на утро не могла встать с кровати и слёзы текли не переставая, я думала только о том, что хочу умереть и обо всем забыть. И так продолжалось до тех пор, когда Тёма и Саша не вытащили меня чуть ли не силой из этой кровати и из этой тяжелой депрессии. И когда мне стало лучше я достала этот браслет и надела его.

Саша заметил браслет на моей руке и спросил откуда он.

— Это волшебный браслет! — ответила я

Он, конечно, удивился, и спросил, чем же он такой особенный. И я рассказала ему историю о том, как этот браслет оказался у меня, о глухонемым мальчике в электричке. И о том, почему этот браслет так важен, и почему он волшебный.

— Пока поношу его. До следующего волшебства.

— Ты снова хочешь забеременеть?

— Нет, я не поэтому его надела... ведь волшебство бывает разное. Это просто означает, что я готова к нему и буду его ждать.

Этим же днём и случилось первое чудо:) Мы первый раз за 7-8 месяцев были с Сашей близки. Это казалось невозможным, и я давно забыла, как это — чувствовать любовь и полное единение с любимым человеком. Мы оба плакали. От счастья. Потому что можем чувствовать это. Мы живые. И мы любим. Спасибо!...

26 мая 2022

День 31. Семь чудес

Я проснулась в 6:40. Бабах!! Соседи сверху... или сбоку?.. уронили что-то тяжелое. Да так, что я подскочила в кровати. Но вместо гневливого «какого черта?!» я почувствовала, что так нужно. «Значит пора вставать».

Я поплелась в ванную и поняла, что Саши нет. «Халло!» — привычно написала я ему в мессенджере. Это означает «Я проснулась:») Он долго не отвечал. «Наверное поехал в магазин?..» иногда он уезжает в магазин, когда очень рано просыпается. Минут через двадцать Саша ответил:

— Халло! Я с Димкой. Ему очень плохо. Я его поддерживаю. Разговариваю с ним. Скоро вернусь.

— Ох... мне очень жаль что ему плохо.. обними его покрепче..

— Да. Так и делаю. Когда я скажу, просто набери его номер, поболтать.

— Хорошо!

— Ты тоже можешь его поддержать. Спасибо! Люблю тебя...

— И я тебя!

...

Через минуту Саша дал знак:

— Звони!

И я звоню Димке. Голос у него бодрый, как и всегда. Не догадаешься, если что-то не так. Он всегда в форме. Всегда в норме. Он всегда готов помочь. Он готов сделать все что нужно, все что возможно, да что там... даже невозможно, для друзей. Но даже сильным людям иногда нужен отдых и поддержка. И иногда сильные люди и сами не догадываются об этом.

Я зову его к нам. Рассказываю, что мы отлично проведём время: закажем пиццу, будем валяться, смотреть старые смешные комедии, которые он знает наизусть или будем играть в Плейстейшн. Он обещает приехать. Я ловлю его на слове. Пишу Саше о том, что позвала Димку к нам. Саша берет его в заложники и привозит к нам. Димка не спал всю ночь. Он очень устал. Ему нужно поспать. Оставляем его у нас, сами идём в зал.

Я не была в зале с марта. Моя первая тренировка за 2,5 месяца. Встретила своего любимого тренера Серёжу, очень его была рада видеть. И он тоже был рад. Других тренеров тоже увидела и была им очень рада. Тренировка прошла отлично! У меня получилось согнуть ногу почти на 90 градусов! **Первое чудо!**

Возвращаемся домой и слышим... благородный храп!)) нам это удалось! Он все же уснул! **Второе чудо:**)

Тихо-тихо пробираемся на цыпочках, чтобы не дай Бог, не разбудить. Я готовлю завтрак. Мой первый завтрак, который я делаю сама за 2,5 месяца. **Третье чудо:**)

И тут я понимаю, что забыла телефон в зале... Забыла его в женской раздевалке. Сашин подарок... Саша срывается обратно в зал. Я надеюсь на ещё одно чудо, но и мысленно прощаюсь с фотографиями Сони, с моими историями в дневнике... Саша возвращается с моим телефоном... Какая-то добрая девушка забрала телефон из раздевалки и отнесла его на ресепшен, к стойке администрации. Невероятно... **Четвёртое чудо:**)

.. Телефон в чёрном чехле. Уже не в первый раз я забываю его на тёмных поверхностях. Мне нужен яркий чехол. Да, совершенно точно. Мне нужен ярко—зелёный или желтый заметный чехол!

Димку все же разбудили... Эти бесконечные звонки, ему звонят, не переставая... Но час он все же поспал. Заказываем пиццу! Я не ела пиццу так давно! Последний раз мы ели пиццу втроём, вместе с Соней, ещё зимой. Пицца! Я была рада разделить эту вкуснотишу с Сашей и лучшим другом! **Пятое чудо:**)

Димка рассказывает о том, как он занят, как устаёт... как давно не был за городом, у мамы... как она его уже ругает и обижается на него, потому что он совсем пропал...

— Поехали!

— Куда?..

— Как куда? К твоей маме!

- Не понял... Щас что ли?..
- Ну да! А чего тянуть? — я смотрю на него, и он понимает, что я серьезно. И я не оставлю его в покое.
- Ну... можно наверное...
- Тут подхватывает и Саша:
- Конечно поехали! Такая погода шикарная! Мама будет так рада!
- Неее... Мама будет меня ругать...
- Почему?
- Ну, потому что не приезжаю...
- Но ты же приедешь! Так чего ругать-то. Нет, не будет ругать, она будет рада!

Мы едем к маме.

Берём всякой вкуснятины маме, пиццу, которую не успели съесть.

— Цветы!

— Что цветы?

— Маме нужно купить цветы! — я уверена, что Диминой маме позарез нужны цветы!

— Ну ладно, значит купим и цветы...

Мы выбираем с Сашей самую красивую корзиночку с цветами для мамы. Теперь все, можно ехать! По дороге к маме Димка решает заехать и к папе. Он не был на кладбище год, с тех пор как умер его отец. Через два дня должен быть ровно год, как Димкиного папы не стало... Такое красивое, живописное кладбище в Комарово... Пение птиц и шум листвы от белых берез. Спокойное и тихое место, где можно просто побыть наедине со своими мыслями и воспоминаниями об ушедших любимых. Оказывается, Димка первый раз за год побывал тут... Не мог смириться, а теперь вот решился... **Шестое чудо...**

Наконец, Мама встречает нас. Она улыбается, обнимает нас, радуется гостинцам и цветам. Но больше всего она рада видеть сына. Ругает его, а как без этого:) но Мама счастлива. **Седьмое чудо!:)**

Едем обратно. Довольные и счастливые. По дороге домой Димка показал нам самый высокий мост в области. Темная, почти чёрная вода — внизу река Сестра. «Тут есть очень хороший фермерский магазин!» — Димка знает тут хорошие места. Заехали в магазин. Взяли понемногу всяких вкусностей.

Вот так закончился этот длинный и такой насыщенный день на события и чудеса. Я же говорила, что этот браслет волшебный!)

Спасибо, Бусинка, за все эти чудеса!

27 мая 2022

День 32. Будь со мной

Мы с Сашей очень разные. Очень.

Я долгое время не принимала и осуждала его. Я видела в нем много недостатков. Я считала, что для того, чтобы добиться чего-то в этой жизни, надо много и упорно трудиться. Нужно учиться, нужно укреплять волю, воспитывать характер.

Саша жил иначе. Он добрый, веселый и заботливый. Он хороший друг и его всегда окружали хорошие и верные друзья. Многие считали его счастливым. «Ему просто везёт!». Но за этим стояла верность дружбе и ее главный принцип — ради друга сделать максимум.

В работе тоже сначала было трудно. Он радовался «легким» заказам. А мне хотелось создавать своё, качественное, уникальное, конкурировать и выигрывать в конкурентной борьбе, а не платить откаты гос-шишкам.

Со временем наши позиции сошлись, и мы вместе стали делать свой товар. Создавали качественное оборудование и старались быть на высоте. Мы гордились своим делом. Ссорились мы редко, в основном из-за работы — бывали случаи, когда я была не довольна. Забыл, не проверил, ошибся, не доделал. Мелочи. Рабочие моменты. Но почти всегда мы быстро договаривались.

Иногда он ошибался серьезно. Так, что общее дело было под угрозой. Потому что слишком доверял людям. Но ошибка была не в самом доверии, а в том, что он снимал с себя ответственность, рассчитывая на кого-то, кто в итоге обманывал его. Я злилась и осуждала Сашу за поверхностный взгляд, за лень и не желание вникать в важные вещи и брать на себя ответственность за своё дело.

Но если и происходила ссора, Сони не было с нами в этот момент. Мы успевали помириться. Соня никогда не слышала, чтобы мы орали друг на друга.

Мы вообще были «идеальная семья»: не пили, не курили, даже телек не смотрели. У нас его просто не было. 10 лет мы были вегетарианцами. А потом Соня захотела попробовать индейку. Я не была против. И ей понравилось. Так, спустя 10 лет растительного питания мы стали есть индейку всей семьей.

У нас были общие идеи и цели с Сашей. Но я всегда чувствовала, что мы как будто с ним из разных миров. И все эти цели и идеи — мои. А он просто идёт за мной следом... Слепой ведёт глухого...

Когда я выражала на этот счёт сомнения, он неизменно возражал: «А как же наша встреча? Ты помнишь, как остановилось время?! Мы же с тобой родственные души!»

Да, я помню... наверное момент нашей встречи был нам дан, чтобы мы не пропустили, не прошли мимо человека, который сыграет главную роль в жизни. Тот урок, за которым мы и пришли на Землю.

И мы его получили...

Я долго не понимала своего мужа. Его цели, приоритеты — все это было мне не близко. По началу это было настолько непримиримым обстоятельством для меня, что я уходила от него. Ушла, когда мы только встретились и даже влюбились друг в друга. Ушла, когда мы провели первую ночь. Ушла, когда узнала, что беременна от него. Я как будто все время старалась сбежать. Отказаться. Я не понимала, почему судьба так крепко держит и постоянно связывает нас? Двух таких разных людей.

Я не принимала его. Как сейчас принято говорить: безусловная любовь. Так вот, я не испытывала безусловной любви. Когда любят просто так...

Я упорно трудилась и училась. Ставила цели. Достигала их. Снова училась. Для чего?.. Чтобы заслужить любовь... А он... он уже был любимчиком судьбы. Ему не нужно было учиться... разве так можно?!

Саша долгое время был для меня таким прототипом Иванушки-Дурачка, которому почему-то всегда везет. И он, как и герой русских-народных сказок, всегда побеждал зло, выходил сухим из воды и в итоге превращался в красного молодца, даже искупавшись в чане горячей смолы. Что же это? Слепая удача? Или святая простота?

Но не смотря на всю его доброту и святую простоту, я не находила в нем главного. Того, ради чего жила сама. Я не чувствовала в нем силы. Разве может быть доброта без принципов? Как быть, если человек добр, но у него нет силы, чтобы отличить добро от зла? Вера в лучшее, граничащая с иллюзией. Не желание признать и увидеть проблему. А значит, не имея шанса ее решить. Человек, который уверен, что в его жизни все хорошо, у него все хорошо. Зачем ему что-то менять? Все вокруг может рушиться. Но ты уверен, что все отлично. Лишь бы не сталкиваться с мыслью, что есть проблема.

Я не хотела, чтобы эти качества были у моего ребёнка. Но они не просто были. Они были умножены в 10 раз...

Недавно я спросила Сашу: А какие качества у Сони были от меня?...

Саша долго думал. Я долго думала. И в итоге мы так и не нашли между мной и Соней общего в наших характерах. Зато от Саши в ней было на все 100%...

Соня — это был Саша, помноженный на десять. Но я любила этого человечка и очень хотела для неё лучшей судьбы. И пока она была с нами, я говорила себе: «Я буду с Сашей. Я никогда не оставлю отца моего ребёнка, если только он сам не захочет уйти.» И я была с ним. С ними.

Нас с ним связывало кое-что важное. Соня, общий бизнес и чувство юмора. Это было то общее, что держало нас вместе. Теперь «нас» как будто больше нет... Юмор для меня сейчас точно не актуален. А бизнес мы можем вести, не будучи в романтических отношениях.

Он говорит мне иногда: «Будь со мной. Не отворачивайся от меня.»
И я пытаюсь, честное слово, я пытаюсь!

Месяц назад Саша накидал мне миллион рабочих задач, и я сидела безвылазно с ноутбуком, делая чертежи, инструкции, паспорта, графики... Для оборудования, в котором ничего не понимала... И главное, я не понимала, зачем я это делаю?.. Мне это не нужно... Это добило меня. Я просто поняла, что больше не хочу. И не могу.

Не могу жить как раньше, и меня больше не радует работа. Я больше не вижу смысла в зарабатывании денег, выполняя часами неинтересные, нудные и бессмысленные действия. Я сказала Саше о своём решении дать себе 6 месяцев (те самые 170 дней), а потом принять решение. И если я не смогу найти цель и смысл здесь, то я уеду искать его в другое место, если у меня к тому времени еще останется воля к жизни.

Вот почему мне нужны были эти полгода. Чтобы доделать все рабочие дела, найти специалиста, который будет заниматься тем, что делала я все эти годы. Возможно, часть рабочих задач получится автоматизировать, чтобы для этого вообще не нужен будет специалист. Я готовила пути отступления... Нужно многое успеть. Написать завещание и переписать все своё движимое и недвижимое имущество на Сашу. Продать и отдать кучу вещей: одежда, обувь, книги. Чтобы ему не пришлось потом со всем этим разбираться уже без меня.
И потом, когда я сделаю все, что запланировала... я смогу уехать...

Когда я рассказала об этом Саше, он спросил: «Ты хочешь уехать одна?»
— Нет, почему?.. Если ты захочешь, ты можешь поехать со мной. А ты захочешь?
— Не знаю.
— Не знаешь?..
— Я не смогу.
— Почему?
— Я не оставлю работу.

Он останется. Он будет вести бизнес. Он будет ходить в зал, чтобы поддерживать спортивную форму. Он будет заниматься Марусей, чтобы она была красивая и шустрая. Он будет покупать полезные гаджеты. Играть в Плейстейшн. Встречаться с друзьями. В общем... Он будет делать все то, что он делал, и продолжает делать сейчас.

Когда-то я тоже ходила вместе с ним в зал каждый день, переживала за каждые лишние 100 грамм жира и за эти же 100 г потерянных мышц. Ела по часам, собирала рецепты, вглядывалась в зеркало в надежде, что «я все ещё ничего, и выгляжу моложе своих лет!» Теперь мне совершенно на это плевать. После того как все произошло, я пыталась ходить в зал, пыталась убедить себя, что мне это нужно и важно, как и раньше. Но нет, совсем нет.

Потом была операция на колене, и я лежала в кровати без движения целый месяц. Я похудела на 2 размера. И на мне ни осталось больше тех «ценных» мышц. А осталась измученная, воспалённая кожа и целлюлит. Но мне на это абсолютно наплевать. Теперь я понимаю, как это было глупо, нелепо — все эти переживания о том, как я выгляжу... И поэтому, я больше не могу вместе с ним делать то, что делала раньше и притворяться, что для меня это важно. Уже нет.

Мне кажется, что Саша старается поддерживать жизнь такой, какая она была. А я так больше не могу. То есть я сейчас заставляю себя это делать. Выполняю его рабочие поручения, делаю нудную, скучную работу. Просто потому, что это нужно зачем-то ему... И потому, что я обещала. Себе. Ему. Соне.

Когда я сказала психологу, что я очень устаю, она спросила почему? Я ответила, что не высыпаюсь из-за большого количества работы, которая валится и валится на меня от Саши. И последнее время я уже чувствую, что мои силы на исходе. Тогда психолог спросила Сашу об этом, и состоялся такой короткий диалог, Анна задавала вопросы поочередно то мне, то Саше:

— Почему Вы так нагружаете работой Ольгу? Зачем вам это? — это вопрос Саше

— Ради развития бизнеса — ответил ей Саша.

А дальше Анна задала вопрос мне:

— Как Вам эта цель — развитие бизнеса?

— Мне плевать на бизнес. Я создавала его своими руками, мозгами, нервами, силами. Но сейчас я не понимаю, зачем это мне. Мне не нужны новые вещи, машины или дома.

— А что вам нужно? — снова спросила Анна меня.

— Чувствовать, что все это не зря. Что есть смысл. Что у всего этого есть смысл. И у моей жизни тоже.

- Вы его сейчас не чувствуете?
— Нет. Но я все равно продолжаю, как и задумала. У меня есть время до 12 октября. Либо я его найду, либо нет.
— И если вы его не найдёте, что вы сделаете? — спросила Анна осторожно
— Я буду искать его в другом месте.
— Вы собираетесь уехать?
— Возможно...
— Вы хотите уехать одна?
— Нет. Почему... Я предлагала Саше уехать со мной.
— И что он?
— Он отказался.
Тогда уже вопрос Саше:
— Почему Вы отказываетесь?
— Я не могу бросить бизнес.

Да, я знаю, что Саша очень меня любит. И всегда очень любил. И все, кто знаком с нами, всегда говорили, что нам обоим очень повезло. А женщины-подруги и знакомые добавляли, что повезло именно мне. Встретить такого доброго, любящего и заботливого мужчину. И даже спустя более 10 лет он все так же смотрит на меня. Я до сих пор чувствую, что он уважает меня и ценит.

Но я так же знаю, чувствую, что мы живем здесь, на Земле для чего-то большего. Не в мире духов, где только одна любовь и гармония... Тут в материальном мире необходимо делать выбор. Каждый день. И каждый твой выбор в итоге меняет твою жизнь. Какой выбор я делаю каждый день сейчас?..

Да, Саша хочет, чтобы мы жили в красивом месте, он пытается развивать бизнес, чтобы заработать денег. И построить дом и жить там, где мы всегда мечтали... я понимаю. Но я хотела жить там с Соней. Втроём. А что теперь? Нужен ли мне этот дом?.. Я не знаю.

Мы пожили несколько дней за городом. Саша снял домик в сосновом бору, рядом с лесом и озером на все выходные. Из окон целый день доносится птичье пение, а не гул машин и звуки вечной стройки. Но оказывается... мне на все это совершенно наплевать. Какая разница, где быть несчастной?

Раньше я боялась дефолта, кризиса, войны, пандемии, падения рубля, судебных ошибок, Налоговых уведомлений... Теперь мне на все это абсолютно плевать... Все это так относительно... Насколько стали не важны все эти вещи, когда у тебя умирает ребёнок...

Я даже стала думать, как об одном из вариантов, что я могла бы пойти учиться на клинического психолога и возможно я смогу помочь тем детям, которым ещё можно помочь? Или их родителям — помочь им в трудный момент. Помочь увидеть своих прекрасных детей, посмотреть на них как на большой подарок. Чтобы смягчить их страхи и боль, которые взрослые, но часто не счастливые люди, часто переносят на своих детей. Как это делала я. Или обучиться помощи инвалидам и неизлечимо-больным людям и пойти работать в хоспис. Или в интернат для детей-инвалидов. Или уехать и жить в хижине на берегу океана. Просыпаться, и просто смотреть на океан. Да что угодно, лишь бы не чувствовать пластмассовый привкус своей никчемной, бесполезной жизни ради целей, которые больше не важны.

Мне показалось, что возможно, мы с Сашей пойдём разными дорогами. И возможно, это тоже план жизни. Мы встретились, такие разные. Чтобы на свет появилась Соня. И возможно, потом мы разойдёмся, чтобы каждый из нас нашёл свой Путь...

Саша долго жил, не задумываясь о будущем, а теперь он учится ответственности, терпению и труду. Я всегда четко и уверенно шла к своим целям, у меня был план и амбиции, которые теперь рассыпались в прах... И возможно, мне нужно попробовать просто «быть»?... Возможно, настало время нам поменяться местами?..

И потом... Я ведь всегда буду любить Сашу... Всегда буду благодарна ему за это прекрасное чудо, мою девочку, которая делала меня счастливой целых 11 лет и 4 месяца! Благодаря этому человечку, я увидела и поняла, что я могу любить. И могу очень страдать, потеряв ее.

Мне больно, да. Но я живая. Теперь я это знаю.
Я настоящая, живая! Потому что могу чувствовать эту любовь и эту печаль...

Как в той песне у Дельфина:
*«Ты можешь с ней расцвести и засохнуть,
Она сожрет тебя как цветок тля,
Но все равно лучше уж так сдохнуть,
Чем никого никогда не любя.»*

Так что... где бы я ни была... Я все равно буду с ним... через душу Сони, нашего теперь маленького ангела. Так же как она будет с нами всегда. Где бы мы ни были и что бы не делали.

Интересно, а чего бы хотела Соня?

Когда я пытаюсь задать ей этот вопрос, то всегда получаю один и тот же ответ: «Я хочу, чтобы каждый из вас был счастливым».

28 мая 2022

День 33. Смелость

Я всегда почему-то знала, что если у меня и будет ребёнок, то это будет девочка и ее будут звать Соня.

Когда-то в детстве я увидела фильм «Смертельная битва» (Mortal Combat), и там была очень смелая, бесстрашная и красивая девушка — Соня. Соня Блейд. И так и получилось! Моя Соня ничего не боялась! Она любила экстрим, не боялась высоты и увлекалась боевыми единоборствами.

Она без страха залезала на самые высокие точки, когда бывала в веревочных парках. Она обожала рискованные развлечения и любила кататься на самых высоких и быстрых аттракционах, на какие ей только разрешали попасть по возрасту и росту. В аквапарках она выбирала самые большие водные горки. Снова и снова. Она любила быструю езду на авто. Испытывала себя на прочность. «Вся в маму!» — говорил Саша.

Это так. Я и сама все это очень люблю. Испытать себя. И судьбу.

Я всегда мечтала прыгнуть с парашютом.

Соне было несколько месяцев. И Саша был против таких рискованных развлечений. К тому же наша жизнь только-только начинала налаживаться после всего этого стресса из-за Сониного падения с пеленального столика и из-за суда по поводу отцовства, и наконец переходила в спокойное, счастливое русло. Но я немного фаталист. И всегда говорила: «Чему быть, того не миновать!» и даже когда говорила: «Все будет хорошо!», потом всегда добавляла: «То есть... все будет так, как должно быть!»

До беременности я курила целых 12 лет. Когда я узнала, что беременна, я бросила. Потом родилась Соня и после случая с ее падением, когда на следующий день у меня пропало молоко, мы перешли на молочную смесь. Я закурила снова. Саша никогда не курил и мирился с моей дурной привычкой, не осуждая меня и не требуя, чтобы я бросала. Но я знала, что он бы хотел, чтобы я отказалась от сигарет. И я предложила ему альтернативу:

— Если ты позволишь мне прыгнуть с парашютом, я брошу курить. Навсегда.

— ... хорошо.

Кажется, он был удивлён и заинтригован такой самоуверенностью.

Так сбылась моя мечта. Я сделала это. Это было потрясающе. Это было страшно, но и захватывающе и радостно и это дало мне столько энергии!

После прыжка, возвращаясь домой, я вытащила последнюю сигарету, затянулась... Это было похоже на то, как будто бы после чистого, прекрасного оазиса я погрузилась в сточную яму... настолько разные это были ощущения!

Никакого успокоения или релакса, который я обычно чувствовала тысячи раз после первой затяжки я не испытала! Не в этот раз! Я выбросила сигарету, не докурив ее и уже зная, что я больше не буду курить. Мне это больше не нужно.

Вот так, благодаря Соне и Саше я бросила курить. За один день. И сила воли тут была совершенно не причём.

Недавно просматривая короткие видео, которые Саша делал на свой телефон, когда они ходили гулять с Соней, я нашла одно. На этом видео Саша снимал мой свободный полёт в капсуле. Есть у нас такой аттракцион в Диво Острове, на Крестовском острове — тебя сажают в небольшую круглую капсулу, фиксируют ремнями безопасности, чтобы во время падения ты никуда не делся. И потом как из рогатки пуляют тебя в самое небо. Капсула на гибких тросах взмывает вверх, и падает, потом пружинит и снова взмывает вверх и... снова вниз. Так несколько раз ты находишься в свободном падении. И Саша записывает как я летаю там — вверх, вниз. Вверх и вниз.

А на заднем плане я слышу Сонин голос: «Эх... мне бы так... однажды полететь...»

Она была смелая. И терпеливая.

Мой маленький мирный воин. Моя храбрая птичка...

29 мая 2022

День 34. Топливо

Мне очень помогают встречи с психологом! Столько новых осознаний приходит, и я вчера не плакала очень долго перед сном как обычно. Я все ещё плачу, но не так много и не постоянно с такими мыслями: «Это я тебя убила». Иногда такие мысли все же прорываются... но не каждый день.

После встреч с Анной, хотя их и было всего три, я осмеливаюсь на сложные шаги. Первый раз после нашей встречи, я решилась рассказать дальней родне про

смерть Сони. А после второй встречи решила попробовать пойти без костылей и сделала это!

Анна поддержала мое решение отмечать каждый из 170 дней (до дня рождения Сони) в своём новом календарике. Но она предложила воспринимать это как «Время на размышления и поиск», а не как фатальную установку «Моя жизнь изменится».

Я так же пишу каждый день в этот дневник, рассказываю о том, что произошло за день и какие новые мысли или чувства появились. Начала его 25 апреля и буду вести, если у меня получится, назначенные 170 дней.

Я думаю, это хорошая установка — определить для себя первый этап. Куда двигаться?.. Вот он такой — полгода. И мне нужно дойти до его конца. Особенно сейчас, когда у меня исчез смысл во всех моих целях и задачах, ради которых я так долго трудилась раньше.

И снова после встречи с Анной, я вдруг почувствовала, что готова к новому подвигу. Я поняла, что хочу сказать своей маме, что люблю ее. И сказала:) И я прихожу к этому, можно сказать, только сейчас... Столько было внутренней злости и закопанной очень глубоко обиды. И ещё столько осталось...

Я старалась быть хорошей мамой для Сони. Но не во имя любви, а вопреки тому, что видела и чувствовала в своем детстве и потом жила с этим всю жизнь. Но Соня и правда мне показала, что можно любить просто так. Даже такого человека как я. И я увидела, что и сама умею любить. И я очень ее любила... Но, видимо, я и правда на тот момент делала это так как умела и была такой какой была. Любовь и нежность вперемешку со страхами, комплексами, болью и чувством вины, что я никогда не буду достойна. И злость. Оборонительная, всегда готовая защитить.

Моя обида и злость в реальной жизни с самого маленького возраста учили меня быть сильной, защищать и спасать себя. Эти чувства и правда двигали меня по жизни и даже помогли мне. Эта злость была моим топливом, которое помогало мне двигаться по жизни. Но видимо сейчас наступает новый период, когда я пытаюсь это топливо заменить на другое. Может быть больше не нужно защищаться?.. Не только защищаться не нужно, но и доказывать что-то. Окружающим или себе.

Но это пока просто осознание. Теперь мне нужно попробовать это новое понимание перенести на уровень эмоций, а затем и на внутренний, глубокий уровень сознания. Чтобы в итоге это стало частью моего подсознания, чтобы это «ужилось» во мне полностью и стало частью меня самой. Для этого мне, видимо, и нужно бывать у Анны индивидуально, как она и предложила мне.

Так какое топливо я выберу, чтобы дальше двигаться по жизни? Злость?.. Любовь? Доброту? Помощь другим? Что-то ещё?..

30 мая 2022

День 35. Темная вода

«Вот почему я бегу»... — сегодня я проснулась с этой мыслью.

Иногда сны рассыпаются под утро, и ты совершенно не можешь ничего вспомнить. Или помнишь обрывками. А иногда ты смотришь свой сон, как фильм на экране. Ты помнишь мельчайшие детали. Ты слышишь запахи, ты чувствуешь эти эмоции.

Я жила в пустыне. Я была шаманкой. Белая кожа. Чёрные волосы. Тёмные глаза. Я носила тёмные одежды. Волосы чёрные, длинные, развеваются на ветру. У меня есть посох. Тяжелый посох. Я редко сижу на месте. Я странствую. И возвращаюсь к своим людям, когда посчитаю нужным.

Сила. Превосходство. Я не знала сожаления, не знала сочувствия. Мне поклонялись. Я обладала силой. Я могла излечивать людей своего племени. Я могла вызывать дождь. Я давала людям урожай. Я упивалась этим восхищением и поклонением. Мне нравилась моя жизнь.

Я видела обряд исполнения желания. Я сама проводила эти обряды.

Если мне нужно чудо, я вхожу в особое состояние. В темноту. Кромешная тьма. Я открываю глаза и оказываюсь в воде. В тёмной, тягучей воде, которая больше напоминает нефть. Через какое-то время я вижу огонёк. Маленький источник света. Я приближаюсь к нему. И через этот огонёк света я творю магию, так я исполняю желание.

На это уходит много сил. После того, как ритуал заканчивается, я очень устаю. Мне нужно восстановиться. Поэтому я ухожу в странствие. Так я восстанавливаюсь.

Я вижу, как я иду по песку. Ветер, песок. Он везде. Я чувствую, как он просачивается сквозь волосы, сквозь пальцы, я чувствую его на коже и на зубах. Я привыкла. Я люблю эту текучую субстанцию. Он может согреть, он может ярко искриться на солнце, но он может больно резать кожу и не давать открыть глаз, сбивать с ног, когда начинается песчаная буря.

Я вижу вдалеке хижину. Откуда она там?... Я не помню этой хижины.... Я подхожу к ней и хочу отдохнуть там. Захожу внутрь и вижу, что Хижина не пуста. В ней уже расположился странник. Он другой. Он не из моего племени. Он пришёл издалека. Я остаюсь. Мы много говорим. Мне хорошо с ним. Я провожу с ним чудесную ночь. Он говорит: «Зачем тебе куда-то идти? Остайся со мной!» И я понимаю, что хочу этого. Это мое желание.

Мы засыпаем вместе. Но во сне я оказываюсь снова в тёмной воде. Это сон во сне. В этом сне я как будто исполняю своё желание. Вдалеке я вижу огонёк. Все как всегда. Я делала это много раз. Я направляюсь к этому огоньку. Я плыву в тёмной воде. Вода становится все более тягучая. И я понимаю, что это ловушка. Я не доплыву до этого огонька, меня скоро поглотит эта темнота. Я почти тону. Мне страшно. Я не справилась с этой силой. Я пожелала отказаться от силы ради любви и это ошибка. Я почти тону, но мне удаётся выбраться на берег. Я убегаю.

Я просыпаюсь и убегаю из хижины. Я чувствую, что темнота надвигается, она следует мной. И я уже не смогу остановиться. Я бегу изо всех сил. Я боюсь за мужчину, который полюбил меня и просил остаться с ним. Но я чувствую, что мой уход, возможно, спасёт ему жизнь. Пока я пытаюсь убежать, я думаю о том, что я поддалась порыву, я ошиблась, я подвергла опасности невинного человека, которого полюбила сама, впервые в жизни. Я поняла, что любить — значит быть уязвимым. Что такая темная сила и светлая любовь не могут существовать вместе. Но зато я узнала, что это такое. И я уже никогда не буду прежней.

Я проснулась.

Может быть, это была проекция моего подсознания?.. страх отношений. Страх любви... любовь — это уязвимость.

А может быть, я видела свою прошлую жизнь?..

31 мая 2022

День 36. Мирный воин

Последние дни своей жизни Соня часто спрашивала: «Мам, ну я же Весы? Я прочитала, что они не решительные, слишком уступчивые и часто они жертвы. Это так? Ты знала кого-то под знаком Весы?»

Я знала. И это было действительно так. Совпадение?... Не знаю. Мою любимая бабушка была очень доброй, мудрой и терпеливой. Моя бабушка была Весы

по гороскопу. Ее муж, мой дедушка, наоборот, был очень жёстким, властным, вспыльчивым и довольно эгоистичным человеком. Мама рассказывала, что он даже бил бабушку и моя мама его за это ненавидела. Но гены в итоге передались и моей маме, и она довольно близко воссоздала своего отца в своей семейной жизни пока я была маленькая. Правда вместо жены под горячую руку рассерженной маме попала дочка и муж. Ну а потом и я переняла эстафету. Рукоприкладства в моей семье никакого не было конечно, но моральное насилие порой ничем не лучше тумачков...

Второй человек под знаком Весы — мой друг, бывший однокурсник, Дания. Очень добрый, терпеливый. Долго он не мог понять, почему его, такого со всех сторон положительного героя, постоянно бросают девушки. И он почему-то постоянно выбирал... как это сказать... не самых простых девушек. Амбициозных, уверенных в себе, обаятельных и харизматичных. Тех, кто знает себе цену, скажем так.

И я рассказывала об этих прекрасных людях Соне то, что знала. Все чаще она приходила ко мне с «историей о Весах—жертвах». Мне это уже стало казаться странным и однажды в очередной раз услышав о «главных жертвах зодиакального круга» (и ничего не предприняв...), я сказала, что наш президент — тоже Весы. И как бы многие к нему не относились, как бы не критиковали, ведь ему приходится принимать очень непростые решения. Это человек железной воли. И в роли жертвы его вряд ли можно уличить. Так и подытожила: «Так что, нет уж, не нужно все валить на знаки зодиака. Видишь, Весы могут быть разными. И только ты сама для себя можешь решить, какой тебе стать. Жертвой или героем.»

Герой или жертва...

Казалось бы, это два совершенно противоположных по смыслу слова. Но так ли это?

Ганди... Будда... Иисус... герои они или жертвы?

Человек, который отдаёт свою жизнь на поле боя, чтобы спасти сотни невинных людей. Жертва или герой? Тот, кто принимает решение об эвтаназии, чтобы освободить своих близких от тяжести своего ухода и мучений родных, видя, как он страдает. Жертва или герой?

Тот, кто принимает решение о бессрочной голодовке, чтобы помочь людям, чтобы хотя бы таким странным способом донести, доказать бездушной государственной системе о нуждах простых людей?

Жертва или герой?

Тот, кто знает, что битва будет проиграна. Но все равно отправляется на встречу с противником, защищая свою Родину, свою честь и достоинство или свободу своего народа. Жертва или герой?

Быть любящим, добрым и терпеливым. Даже если тебя обижают, не принимают, отталкивают. Подставить другую щеку для удара, потому что продолжаешь верить в то лучшее, что есть в людях, и все равно продолжать любить... Жертва или герой?

...Принять единственно для себя возможное, по-детски наивное, но оттого такое сильное решение — спасти любимых людей от стыда, от горя и грусти, освободив их от себя...и от любых проблем... Можно ли попытаться представить это все и понять? Что же это?

И как понять все это мне, если я сосредоточие эгоизма? И всю жизнь я думала только о себе... Как понять душу, которая живет, любит, чувствует совсем иначе? Что причина такого выбора? Любовь? Или Страх? Слабость или сила?.. У всего ведь есть 2 стороны. У жертвенности есть обратная сторона — эгоизм.

Я бы очень хотела в итоге найти то, что сделает мою жизнь не бессмысленной. Не заикленной только на «целях» и «задачах», как было раньше. Не бесцельная жизнь. Я верю, что каждая душа приходит на Землю со своим уроком. С планом. Душа стремится реализовать этот план. И пути души в этом неисповедимы. Говорят, «Пути Господни неисповедимы», но разве бессмертная душа — не есть маленькая частичка Творца?

Я верю в то, что наши души хотят сделать то, ради чего они здесь. Физическое тело, эго, амбиции, боль, страх — все это земные материи физического тела, телесного ума, ограниченного сознанием и ментальными установками. Но душа... у неё свой путь. Из жизни в жизнь.

И еще, я чувствую, что души маленьких героев принимают на себя роль сознательной жертвы, мирных воинов. Дети, которые умирают от смертельных болезней или в результате несчастных случаев. Их души соглашаются на короткую, но очень важную жизнь. Помогают душам своих родителей и близких людей осознать что-то очень важное, помогают своим родителям выполнить свои уроки. Такие тяжелые, сложные, но такие необходимые для их души уроки. Через боль потери, через прощение, в том числе и себя самого, через осознание ценности важных, по-настоящему, на самом деле важных вещей. Любовь. Тепло. Благодарность. Прощение.

Моя сильная и смелая Соня, мой маленький, мирный воин... Мой маленький герой.

P.S. И я верю. Что я обязательно увижу ее там, дома... И она мне снова улыбнется своей озорной улыбкой.

1 июня 2022

День 37. Семья

«Халло, Булочка!» — Он входит в наш дом и становится тепло и хорошо. Обнимает меня... Я чувствую смесь запаха табака и его одеколona. Я люблю этот запах. Я люблю обнимать его.

Булочка:) Он зовёт меня так потому, что каждый раз, когда он спрашивал, что мне привезти, я всегда отвечала: «Булочку. Булочку с корицей.»

Димка.

Он сильный и добрый. Смелый. Настоящий. Говорят, он раньше бывал злой, и мог ударить, «если что не так». Чужака. Своих нет. Я не могу этого представить. Но у него и правда довольно устрашающий вид. Особенно на пару с Лунтиком. Лунтик — это питбуль. Полная копия хозяина. Угрожающий внешний вид, и тонна любви внутри:)

И как только Димка появляется в нашем доме, пространство сразу наполняется веселым, искренним смехом, и светом. Истории, такие сумасшедшие истории из его такой необычной жизни, льются из него, как из рога изобилия. Какая большая, какая интересная и не простая жизнь... Но глаза его улыбаются, светятся любовью изнутри.

Месяца 2 назад, когда нам нужно было быстро отдать документы на кремацию, мы договорились о встрече с Димкой у его работы. Мы были в горе, но нужно было делать то, что нужно. Димка полностью взял на себя вопросы похорон. Мы подъезжаем к назначенному месту. Стоит Димка, ждёт нас. А за ним вывеска: «Скорая психологическая и духовная помощь». Это так и есть. Он — наш большой и сильный Ангел.

Я смотрю на него и вспоминаю по кусочкам нашу жизнь. Как нам повезло его встретить?.. Как же нам повезло встретить свою родственную душу.. И вокруг столько близких людей. Иногда так бывает, что друзья тебе становятся ближе, чем родня. Странно?.. Но это так. Эти люди были с нами. И остаются в самую трудную

минуту. Когда ты в печали. Когда тебе плохо и страшно. Когда ты думаешь, что тебе осталось жить считанные недели...

Когда в 2015 году мне поставили диагноз «меланома», я действовала на автомате. Поплакала, конечно, чуть-чуть, выйдя от врача. Но состояние было странное. Видимо какая-то стадия шока. Так же как сразу после смерти Сони, я не могла поверить, что это правда. Я и сейчас ещё порой не могу в это поверить...

Я стала делать все, что делают в этой ситуации все нормальные люди. Я пошла к участковому онкологу, чтобы встать на учёт и записаться в очередь на операцию. Я не искала «лучшего» врача, не бегала по обследованиям. Я решила сделать необходимый минимум, чтобы просто что-то сделать и родные не говорили, что я сразу сдалась.

Очередь на операцию определила срок ожидания в 2-3 месяца. Ладно, значит подожду... И так бы я и ждала. Но Саша настоял, чтобы я позвонила Андриану.

Андриан.

Мы знакомы со школы. Ну как знакомы?... Это я знаю его со школы. Он учился в моей школе, только на 2 года старше. В него были влюблены все девочки. И даже в нашем классе. Когда он шёл по коридору или по лестнице, девчонки шептались: «Смотрите, Андриан идёт!» и тихонько подсматривали за ним. Он побеждал на школьных олимпиадах, играл в городской сборной КВН, был диджеем на единственной городской дискотеке. Он был красивый, веселый и... скромный. Потом он уехал учиться в Питер и поступил на медицинский факультет. Пару раз я видела его в электричке — он ехал из Киришей в Питер.

Он мне всегда напоминал Алена Делона. Только с добрыми глазами.

Тёма.

Мы познакомились с Тёмой, когда мне было 15 лет. Я была выскочкой, уже распробовала кайф от мужского внимания, поэтому вела себя как последняя дрянь. Он защищал меня, заботился и принимал такой. Он покорила меня своей смелостью, силой, терпением и простотой. Мы встречались 7 или 8 лет. Расстались друзьями и ещё пару лет дружили. Я успела выйти за замуж за своего первого мужа. А потом Тёма пропал. Совсем. Мы не общались почти 15 лет. И недавно снова встретились. Меня с ним «познакомил» Саша. А Сашу познакомил с Тёмой его лучший друг, Димка. Так в моей, теперь уже нашей жизни снова появился Тёма.

Тёма знал почти всех. Когда мы оба еще были подростками, Тёма познакомил меня с Андрианом. Но сколько нас таких — девчонок разных мастей, а он такой один. Конечно, он не узнал меня, хоть мы и учились в одной школе.

Когда я уже закончила школу и уехала учиться в Питер, я как-то увидела Андриана в метро, на Василеостровской. Но кто я такая, чтобы он меня вспомнил? Я просто стояла и тихонько смотрела на него украдкой.

Однажды на вечеринке в местном ночном клубе нашего родного города мы с Андрианом встретились. Он меня снова не узнал, но я явно ему тогда понравилась. Я тогда подумала: «Сколько на него вешается девчонок... Быть ещё одной в этой очереди?... неет». Но он попросил телефон, и я ему дала свой номер. Я не думала, что он позвонит. Но он позвонил. Я была на седьмом небе от счастья! Мы стали встречаться. И я первое время не верила, что он идёт рядом, что держит за руку. Он был очень скромный парень. При всех своих преимуществах, он был невероятно скромным. Мы встречались года два. И я так и не смогла оценить этого невероятного человека. Я не верила, что меня можно любить. Он был влюблён и совершал очень красивые и романтические поступки. Я до сих пор с теплотой вспоминаю их. Он учился на медицинском и планировал стать хирургом. Он был красивый, веселый, добрый. И честный. Качества, которые мне самой никак не давались.

Я так и не смогла убедить себя, что достойна этого человека. Тут как раз и появился первый муж на горизонте. Моя копия — хитрый, злобный, изворотливый человек. Мы были с ним — два сапога пара. Променять золото на ржавый медяк? Видимо, в то время я не могла иначе... Да и Андриан был явно достоин кого-то получше.

И когда со мной, спустя несколько лет, случилась болезнь, Андриан выслушал меня и сказал: «Приезжай.»

— Куда?..

— Ко мне в больницу.

— Когда?

— Сейчас.

— Как сейчас?

— Вот так. Собирайся и приезжай.

И я приехала. Он и его друг хирург сделали операцию на следующий день. И спасли мне жизнь.

Потом ещё были ошибочные диагнозы о метастазах в печени, и знакомые «отправляли» лечиться в Израиль, где стоимость лечения приравнялась к стоимости нашей квартиры. Саша хотел, чтобы мы продали квартиру и поехали в Израиль. Я была категорически против. Я объяснила ему, что не планирую соглашаться на химиотерапию. Что с метастазами в печени живут от силы 3-6 месяцев. И лучше мы побываем там, где не были раньше и порадуетесь вместе. А квартира останется, и моей семье будет где жить. Так мы и поступили. Мы уехали в путешествие по Азии. Мы были в Тайланде, Шри-Ланке, Индии, Малайзии, Индонезии, Филиппинах, Гонконге. Это было невероятно. И по сей день я вспоминаю это путешествие с благодарностью и восторгом.

Когда мы вернулись, выяснилось, что «метастазы» в печени — это врожденные гемангиомы. Совершенно безопасные новообразования, которые, скорей всего, были со мной с рождения. Снова можно было жить.

Стала ли я добрее? Мудрее? Смогла ли оценить этот бесценный дар — жизнь после того, как случилось чудо и я поняла, что болезнь не прервет моей жизни раньше срока?... Нет... Я и понятия тогда не имела, что Саша взял большой кредит, чтобы отвезти меня в это путешествие. И долг этот множился. Из года в год он становился все больше...

Чтобы как-то исправить положение, Саша согласился на «выгодную» сделку со своим бухгалтером — пожилой и всезнающей дамой, которой Саша доверял на все сто процентов. Называл ее второй мамой... Это женщина обманула Сашу. Украла все деньги из этого бизнеса, а все долги легли на Сашу... Она и по сей день не вызывает ничего, кроме отвращения и брезгливости. И так бы и окрестили ее дьяволом во плоти, если бы не один очень важный подарок. Она подарила нам Димку. Именно эта женщина познакомила Сашу с Димой.

Вот так, по цепочке, порой через потери и неудачи, порой через препятствия, мы встречали своих друзей. И в горе, и в радости. Это не только про любовь. Это про семью. Настоящие друзья — это семья. И мы рады, что эти люди с нами, нам очень повезло.

Через 4 дня у Саши день рождения. Он не праздновал его 20 лет. И сейчас такое не простое время. Но он захотел, то есть, мы захотели отпраздновать его. Мы хотели собрать всех этих прекрасных людей вместе и с благодарностью провести этот вечер.

Благодарю за семью, за родных людей!

Я искала красивые альбомы, чтобы напечатать миллион фотографий Сони и красиво их оформить в этом альбоме. Сейчас делают такие красивые альбомы! С деревянными обложками и кожаными переплетами, с красивыми рисунками на деревянной обложке.

Выбрала несколько и заказала. Думаю, выберу тот, что больше всего понравится. Потом захотела сделать второй для мамы и папы. А потом решила, что альбомов будет несколько. Один для детских фото Сони. Второй для более взрослых. Да и не уместится все в один альбом. И маме, наверное, тоже будет приятно получить такой альбом. Чтобы там были ее и папины фото с Соней.

А потом увидела один красивый, но необычный альбом. На деревянной обложке вместо вензелей и рисунков была только надпись «ТОЛЬКО НЕ ПРО*БИ» и вместо звездочки — сердечко. Забавно. Чуть нахально. Но правдиво. Не про*еби то, что тебе тут осталось. И я поняла, что в этот альбом я буду вкладывать фотографии «после». О том, как мы справлялись. Как жили... то есть... выживали...

Вот фото, как мы отпускаем первый китайский фонарик в санатории «Дюны», в благодарность этому месту за заботу и светлую грусть, что останется в нашей памяти. Вот мы радуемся и грустим, отпуская душу Сони домой, когда кремация прошла. Вот урна с прахом и ее охраняет самодельный котик, которого Соня сама сшила на уроках труда, а я пришила носик и пуговицы-глазки. Вот то самое письмо из коробки зубной пасты, от отца погибшего ребёнка, которое так вовремя мне было «отправлено» перед операцией. Вот я в больнице, вот мои костыли. Моя нога в ортезе. Я пока не могу ходить самостоятельно. Вот мы с Сашей отпускаем второй китайский фонарик на 40 дней. А вот Саша играет на Сониной маленькой белой гитаре. Вот его новая гитара, чёрная, блестящая, и еще новая аудио-колонка. Вот наше новое пианино и Саша играет мне Лунную сонату. Вот мой творческий рисунок пианино, мой первый рисунок, после того как мы с Соней рисовали вместе. Вот большая единорожка-друг обнимает маленькую единорожку-Соню. Вот наш «уголок памяти» в Сониной комнате, где стоит Роза, зеленый ночник, календарик, ее дневники, и панно с самодельными открытками, и ее фотографиями. А это Сонино письмо Деду Морозу, то самое, в котором она так просила о здоровье и счастье для всей нашей семьи. Вот визитки, сделанные для психолога и наши новые визитки. Вот Сашина радость от первой крупной сделки. Вот мы гуляем в парке, и я уже без костылей, а Саша загорает на скамейке, подставив лицо майскому солнышку. Вот радуга над домами, которая так нужна была мне, когда Саша был в командировке и я проплакала целый день одна. Вот залив, а вот ежик. Чизкейк с чаем у камина в той самой Хижине. Вот Тёма, и его собака Джексон. А вот Димка с Сашей мчатся из Москвы в Питер, домой. Такая разная жизнь. Иногда боль и слёзы. Иногда радость и солнце. Много солнца. И много неба. Я стала чаще смотреть на небо...

У меня никогда не было инстаграма, где я бы хвасталась идеальной постановочной жизнью «счастливой жены и матери». И в соцсетях тоже я не бывала уже несколько лет. Так что этот опыт, реальных моментов, живых, не обработанных

фильтрами Фотогошопа или эгоцентричных амбиций — «я живу идеальной жизнью», такой настоящий.

Сегодня я целый день разбирала фотографии с Соней, готовила их к печати. Получилось очень много... Штук 700 наверное, а то и больше. 700 мгновений радости маленького, любимого, родного человека. Я не хочу забыть или упустить ни одного из них. Сказала Саше, что их много получилось и наверное надо выбрать... он ответил: «Печатай все».

Жизнь — такая она есть.

С болью, горечью, но и надеждой. С желанием не упустить, не испортить, не предать той ценной цели, которая двигала нас 11 лет и 4 месяца. И продолжает двигать сейчас. Спустился месяц, два, три. И дальше, сколько бы это не продлилось.

Соня бы оценила такое забавное и четкое название «Не про*би», но с сердечком) А значит помни — что бы не случилось, Любовь — ответ на все твои сомнения. И поэтому надо идти вперед.

Ещё будет много таких мгновений, которыми я бы хотела поделиться с Соней. Я бы хотела их разделить с ней. Но я знаю, то есть верю, что она с нами и радуется, и поддерживает нас...

«Работа подождет, пока вы покажете ребенку радугу, но радуга не станет дожидаться, пока вы закончите работу»

Патрисия Клиффорд.

Я учусь останавливаться и смотреть на радугу. Как ребёнок, я заново учусь видеть этот мир. Радоваться каждому мгновению. Грустить, когда грустно. И все это наша жизнь. Каждый момент, какой бы он ни был — единственный, и потому ценный.

Я люблю тебя, моя девочка. И очень-очень скучаю. И иногда прошу о скорой смерти, знаю так нельзя. Это неправильно. Мне нужно попытаться дожить эту жизнь достойно. И я надеюсь, когда мы увидимся там, дома, ты согласишься на меня и скажешь: «Мамочка, все хорошо. Ты молодец! Ты справилась!»

— Человек! Человеек! Хороший ты человек! Очень хороший человек!

- Потому что, что? Прааавильно, пузо!
- Пууузооо! Пузо как у арбуза!
- Халло, Бабууусь! Халло!
- Розовый гусь смотрит в окно... и не может понять, почему так темно...
- Жук! Жууукк! Жук—плавунец!
- Ну что ж делать, ты же знаешь, что я хреновый человек и такая же мама...
- Да ты хорошая мама!
- Ах ты, жук! Хитрый ты жук!
- Сонь, ну я это не умею и не разбираюсь, я уже старенькая...
- Мама, ты не старая! Тебе же всего 38! Тебе ещё нет даже сорока!
- Сонь, можно куснуть? За ушко?
- Можно)
- Ам!
- Лапки! Лапки!
- Я не человек, и не горошек. Я — Ёжик, веселый ёжик!
- Буся, что такое, вопрос?
- Нет:) – стоит, хитро прищурясь, улыбается мне...
- Обнимашки?
- Да:) – и я обнимаю ее за пузико, а она обхватывает своими ручками мою голову...

Столько смешных фраз, которые за все наше время стали настоящими семейными мемами... Это, не считая десятка мемов из сериалов «Друзья», «Клиника» и из любимых мультфильмов и старых сенок из Камеди... Повеселиться мы очень любили! У Сони было отличное чувство юмора!

Я не хотела забывать наши мемы и решила нарисовать смешные иллюстрации к ним и распечатать. Теперь эти забавные картинки с такими знакомыми фразами «живут» на нашем панно, рядом с прекрасными открытками и Сониными фотографиями.

«Лапки!» — я говорила Соне по утрам в выходные дни, когда начинала потихоньку ее будить. Она так мило спала, но ножка, хотя бы одна, всегда выглядывала из-под одеяла. И я прикасалась к ее пальчикам или пяточке и говорила: «Лапки!» и она начинала улыбаться и потихоньку просыпалась.

А мем про весёлого ёжика мы с Соней шептали друг другу каждую ночь перед сном, крепко обнимая друг друга. Я ей на ушко, а она мне. Она так долго не отпускала меня, обнимала крепко и не отпускала... пока я уже не говорила ей, что мне уже пора и Саша начинал жаловаться, что мы тянем время... может ей было страшно?...

Теперь эту песенку про ёжика я шепчу перед сном на ушко Соне-единорожке... И плачу каждый раз, вспоминая, и скучая по ее крепким объятиям...

4 июня 2022

День 40. День рождения папы

Сегодня День рождения Саши. Ему сегодня 42 года.

Неделю назад я спросила у него:

— Может ты бы хотел пригласить друзей? Отметить день рождения в кругу близких людей? Он подумал пару секунд и сказал «да».

Мы оба этого хотели. И Саша никогда не праздновал день рождения вот так, собрав всех своих друзей. В такое не простое время для нас было важно сказать нашим друзьям, что мы очень им благодарны за помощь и поддержку.

Мы пригласили всех наших друзей. Всех, кому мы были благодарны. Всех, кто помогал и поддерживал нас последние месяцы. И вот в назначенный день мы были так рады, что рядом с нами добрые, сильные, мудрые и веселые люди.

Вечер прошёл так весело! Под конец праздника у всех болели щеки от смеха!

Пришёл наш Димка с женой Катей. Артём с женой Таней, наш новый партнёр и друг Артёма — Саша, Андриан, наша хорошая подруга Надюша, Аня — добрый друг и товарищ.

Друзья сказали столько хороших, добрых слов. Таких, что мы постоянно рисковали расплакаться с Сашей.

Я сказала Саше как люблю его и что он для меня Ангел, который почему-то очутился здесь и ходит как простой человек по Земле. И как мне повезло его встретить. Саша не смог сдержать слез, услышав мое поздравление. Мы с ним не пьём алкоголь, и многие в этот вечер не пили, но это не помешало провести вечер весело и по-дружески тепло. Все, кто был не знаком до этого вечера друг с другом, в итоге познакомились и общение потекло легко и просто. Потому, что все приглашённые гости — добрые, веселые, хорошие люди. Это был прекрасный день, веселый и очень радостный.

Я думаю, Соня была с нами в этот вечер...

Потому что мы с Сашей чувствовали ее тёплое и радостное присутствие. И мне кажется, она пожелала своему папочке много хорошего. И очень надеюсь, что так и будет. Пусть он будет счастлив. Он такой прекрасный и добрый человек... И он заслуживает быть счастливым.

5 июня 2022

День 41. Важный день

Сашка с Димкой снова укатили в командировку в Москву.

А я решила прогуляться. Хотела доковылять пешком до метро, а это два-три километра. Но вышла из дома и поняла, что промахнулась с погодой. Солнышко яркое, но ветер развеял планы о долгой прогулке. И я села в автобус и поехала в торговый комплекс. Шоппинг? Нет, я поехала в творческий магазин и в книжный. Это те места, где я заряжаюсь энергией. Правда в этот раз я приехала не прогуливаться между книжными рядами. Я ищу кое-что.

Я готовлюсь. Мне нужно подготовиться к очень важному дню. Я жду его. Я боюсь его.

Вчера, кроме празднования дня рождения Саши я была на встрече у Анны, нашего психолога. Я поделилась с ней тем, что откладываю поездку в Анапу... А все потому, что я и хочу, и не хочу отпустить мою Соню... Я хочу подготовиться в этому дню. Я делаю альбомы, я ищу красивые шкатулочки для памятных мелочей Сони. Я хочу оформить все очень красиво. Я хочу сделать красивую видео-открытку, с анимацией ее рисунков, с живыми объемными фотографиями Сони.

«Может быть это все — просто повод отложить поездку? Может быть, я просто не хочу ее отпускать?» — спросила я у Анны. И Анна ответила: «Да, Вы правы. Но это

нормально. И я хочу, чтобы вы помнили, что Вы сделаете это тогда, когда будете к этому готовы. Во всех смыслах этого слова. Только тогда Вы сможете отпустить Соню всем сердцем. Если Вам нужно для этого подготовиться каким-то особенным образом, сделайте это.»

Это очень меня успокоило. Потому что мне казалось, что я своими излишними идеями и приготовлениями подвожу Сашу, моих родителей, и Соню. Но Анна успокоила меня на этот счёт.

Каково же было мое удивление, когда вечером этого же дня, я, разговаривая со своей мамой и ожидая, что она обидится и скажет мне, что я оттягиваю, что я подвожу ее, и что надо быстрее собираться и ехать, как я и обещала, она вместо этого сказала мне тоже самое, что и Анна. Я могу сделать это тогда, когда буду полностью к этому готова. И морально, и физически. Я ей очень благодарна за это!

Мы давно не виделись с Анной, и я рассказала ей все эти удивительные и волшебные истории, которые приключились со мной с момента нашей с ней последней встречи. А ведь последний раз мы с ней встречались недели 3 назад. Я рассказала о неожиданной встрече с Артёмом, спустя так много лет. О поездке с Сашей в нашу Хижину, где мы посмотрели одноименный фильм, и где меня вытащили из глубокой депрессии Артем и Сашка. О первой близости с Сашей за последние 7-8 месяцев. О прогулке к заливу и о ёжике, которого мы встретили на обратном пути.

Я улыбалась, рассказывая Анне о всех этих необычных стечениях обстоятельств, которые никак иначе, как волшебством и не назовёшь.

Анна сказала, что она очень рада моим изменениям и она отметила, что я очень хорошо справляюсь. Я удивилась этому и возразила, что не чувствую никаких изменений. Что моя боль никуда не ушла, и я все так же скучаю и все так же плачу несколько часов каждый день. Мое чувство вины все так же разъедает меня изнутри, и я все так же порой прошу о скорой смерти и надеюсь, что осталось не долго до нашей встречи с Соней...

Но Анна ответила, что эта боль никогда и никуда не уйдёт. Я просто научусь со временем жить с ней. И что мысли о смерти в данной ситуации нормальны. И что мне может казаться, что ничего не меняется и ничего не происходит. Но она видит и чувствует эти изменения. Я доверяю Анне, и я рада, если это действительно так.

Она рассказала, что когда она увидела меня первый раз, когда я только вошла в ее кабинет, она подумала, что я слепая. Я смотрела перед собой, но я ничего как будто не видела. А сейчас я как будто свечусь радостью, рассказывая о своих друзьях, о Саше, о нашей жизни. И как это хорошо, что она видит, что я обретаю надежду на будущее:

— Раньше Вы хотели всё и всех оставить и уехать, а теперь вы видите надежду на будущее с Сашей!

- Анна, Вы знаете... ведь я не оставила эту мысль... О том, чтобы уехать, я имею ввиду...
- Да, я понимаю. Но, возможно, теперь вы рассмотрите вариант, чтобы уехать не одна?
- .. Возможно... да... все может быть:)

6 июня 2022

День 42. Мне больно. Я — живая

Один из моих любимых фильмов — «Эффект бабочки». Это история о парне, который имеет врожденную особенность. Он теряет память и сознание на какое-то время. Только спустя время он понимает, что причиной таких блэкаутов является не болезнь, а дар. Он может возвращаться в прошлое. И не просто возвращаться, он может его менять. И как эффект домино, меняется вся его жизнь и жизнь тех, кто как-то с ним связан. Он пытается помочь своей девушке, помочь другу, который остаётся калекой из-за трагической случайности. Но меняя прошлое, и желая «исправить» его, главный герой и его друзья получают каждый последующий вариант все хуже и хуже. И в конце, уже отчаявшись, главный герой принимает решение. Решение, которое поможет спасти девушку, которую он так любит, ее брата, и своего друга. Он возвращается в прошлое, в тот самый день, когда они были совсем детьми. В этот день он должен познакомиться со своей будущей возлюбленной. Но вместо того, чтобы улыбнуться и предложить ей дружбу, он отталкивает ее. Говорит ей какую-то гадость, обижая ее. Девочка убегает в слезах, чтобы никогда не встретиться с ним снова. Он потерял ее, потерял лучшего друга. Отказался от своей жизни и своей судьбы. Ради тех, кого он любил и кого хотел защитить.

«Как бы я хотела так же вернуться в прошлое!» — сразу приходит на ум...

— Да? И что бы ты сделала?

— Я бы просто прошла мимо и закрыла дверь. Никакого волшебства, никаких падающих звёзд и замедления времени. И мы бы никогда не были вместе. И Соня бы не погибла!

— Но ведь тогда Соня бы и не родилась...

— Нет... этого не может быть. Соня обязательно должна была родиться. И я должна была учиться любить.

Недавно мы с Сашей смотрели фильм «Страна садов».

Там играет Натали Портман и Зак Браф. Он играет депрессивного парня, который уже много лет живет на мощных транквилизаторах. С самого детства, с 9 лет он проживает каждый день своей жизни с большим трудом.

Все из-за нелепой и страшной случайности, которая произошла в его детстве. Будучи ребёнком, в ссоре он толкнул свою мать, и та упала и сильно ударилась. Буквально сломала себе шею... После этого она стала калеккой. Спустя годы парень приезжает в родной город на похороны матери-инвалида. Как выясняется чуть позже, мать покончила с собой, не выдержав жизни с угрюмым и замкнутым мужем-психиатром.

Герой Зака винит себя в том, что сделал несчастной мать. Он не может примириться с отцом, который будучи психологом, не захотел помочь своему ребёнку, не объяснил, что это была не его вина. Не смог помочь своей жене, которая была так с ним несчастна.

Вокруг столько людей. И каждый несчастен по-своему... И вот Зак случайно встречает девушку. Она совсем не похожа на всех, кого он знал и видел раньше. Он побывал в ее доме и был поражён этим хаосом и простотой, в противоположность его дому, где каждая вещь на своём месте и дом сияет чистотой, порядком и дизайнерским шиком. Его новая знакомая, героиня Натали Портман, милая, добрая и странная девушка, у неё тоже есть проблемы. Она страдает эпилепсией и неконтролируемо ждёт:)

После возвращения с прогулки под проливным дождем, они, совершенно мокрые, забрались в сухую ванну. Они сидят в этой ванне и разговаривают обо всем. Герой Зака не плакал с 9 лет. Он не чувствовал ничего. Из-за препаратов, которые регулярно прописывал ему отец-психиатр. И вот, приехав в родной город, он намеренно не взял с собой ни одной банки таблеток. Пока Зак вспоминал свою маму, ту трагическую нелепую случайность, которая привела к несчастью всей семьи, девушка заметила слезу на его нижнем веке... И тогда между ними произошёл такой диалог:

— Это что, слеза?! — она вскочила, чтобы достать маленький бумажный стаканчик, чтобы с его помощью уловить эту крохотную слезинку.

— Мне больно... — он съежился как будто от боли.

Она обняла его и сказала:

— Я знаю. Но это все, что у нас есть. Это и есть наша жизнь. Мы живые. Мы чувствуем.

Плакали сегодня вместе с Сашей, обнявшись.

Сегодня 3 июня, сегодня, буквально через час будет ровно 3 месяца, как Соня ушла. Сейчас 00:45 на часах. Она погибла в 1:45. Каждое 3-е число каждого месяца, в 1:45 ночи я буду умирать по капельке. На сколько меня так хватит?... Говорят,

время лечит. Говорят, станет полегче. Это не правда... легче не станет. И я скучаю с каждым днём все больше. И я вижу, что Саша очень скучает тоже.

Смирение требует огромной силы. Это не то же самое, что капитуляция. Нам тяжело смириться. Мне часто стало казаться, что все вокруг не настоящее. Как будто я смотрю фильм. А реальное — только боль и печаль. Реальное для меня только то, что ее нет. И эта боль внутри.

Наверное, это неправильно, так думать и так говорить — иногда мне приходит эта мысль: «С каждым днём я ближе к тебе.» и следом вторая: «Сколько же ещё ждать?..» Потом я вижу Сашу. Как он смотрит на меня, как заботится обо мне. Сегодня он сказал мне: «Если тебя не станет, мне тоже незачем будет жить». Я хочу, чтобы он жил. И хочу, чтобы он улыбался. Поэтому и я буду жить. Даже если эта боль будет со мной до самого конца.

Отказалась бы я от 11 лет счастья и любви, чтобы только не страдать так как сейчас? Или, наоборот, позволила бы себе чувствовать эту боль, печаль, плакать и любить по-настоящему?

Мне больно. Я чувствую. Я люблю. И мне очень больно.

7 июня 2022

День 43. Эмпатия

— Оля, мне нужно сказать тебе кое-что...

Мы в разгаре праздника. День рождения Саши, друзья говорят тёплые слова, которые могут растрогать даже викинга. Мы с Сашей отходим в сторонку от радостной толпы.

— Что случилось, Саша?..

— Понимаешь, меня поздравила с днём рождения Лена... и я не могу ей ответить...

— Почему?..

— Она поздравила и попросила передать привет тебе и Соне... я не знаю, что ей ответить.

Саша вот-вот заплачет. И в этот раз не от благодарности или счастья...

Лена.

Мы были подругами 2 года назад. Мы дружили пару-тройку лет. Я познакомила Лену со своим другом Даней — моим бывшим одногруппником, мы даже встречались с ним какое-то время, пока учились в Институте. Это было очень давно,

юношеский романтизм, который со временем перешел в дружбу. Даня — человек, которого я продолжала считать своим другом. Благодаря этому знакомству, Лена обрела своё женское счастье — вышла замуж и родила ребёнка.

А расстались с Леной мы очень трудно. Вернее, я рассталась с ней легко. А вот вспоминать об этом трудно...

Когда-то я познакомилась с Леной на дне рождения нашей общей знакомой. Знакомая скоро стала историей, а вот с Леной мы сдружились. Мне нравилась ее доброта, простота и наивность. Ей нравилась моя прямота, сила и жёсткость. Мы находили друг в друге то, чем не обладали сами. Полные противоположности. Но они притянулись. Все было хорошо. Но со временем я стала понимать, что обратная сторона простоты — глупость, за наивностью скрывается невежество. А за легкостью часто стоит поверхностное отношение к жизни и банальная лень. Но я старалась принимать Лену такой какая она есть. Так же, как и она принимала мою жёсткость, жестокость и излишнюю принципиальность, осуждение людей, которое часто перерастало в банальную злость и агрессию. Мы как-то учились уважать достоинства и принимать недостатки друг друга. Тем более, что теперь мы дружили «домами». Мы приезжали в гости не только к Лене, а к Лене и Дане. И это общение в целом приносило много хорошего нам.

Ровно до тех пор, пока 2 года назад врачи снова не поставили под вопрос мои шансы на жизнь. Онкология — это диагноз навсегда. У него нет срока годности. Нужна была срочная операция. Очередная срочная операция. У меня обнаружили опухоль в области тимуса (вилочковой железы). В это самое время Лена и Даня планировали свою свадьбу. Я была приглашена на эту свадьбу в качестве свидетеля. Но я понимала, что ни морально, ни физически я просто не смогу радоваться и чувствовать себя беззаботно с таким диагнозом. Я объяснила это Лене. И кажется, она меня поняла. Узнав об операции, буквально за день до госпитализации мы поссорились. Так поссорились, что с тех пор я больше не общалась с Леной.

— Операция?! Зачем тебе операция?

— Лена, у меня снова подозревают рак.

— Оля, ты знаешь, что рака нет?

— ???...

— Его просто придумали врачи! Фармацевты придумали его, чтобы им было отчего лечить и зарабатывать на этом деньги!

— Лена, ты хочешь сказать, что рака не существует?

— Вот именно!

— Я думаю, что было бы... если бы ты это сказала матерям детей, больных раком... тем матерям, чьи дети умирают в мучениях у них на руках... или онкологам, которые пытаются спасти своих пациентов, но безуспешно...

— Врачи — это вообще мясники!

— ???...

— Мне вот в прошлом году делали операцию! Единственную операцию в моей жизни! И врач хотел отрезать мне палец!!!!

— Палец?..

— Да!!!! У меня было что-то с пальцем, и он его хотел вообще отрезать!!!

— Лена... у меня уже было штук 5 операций... и каждый раз я очень благодарна врачам, которые меня спасали. И я жива только благодаря этим врачам. Мне очень жаль, что тебе встретился не грамотный врач, который хотел лишить тебя пальца. И я так понимаю, палец остался с тобой. Но не все врачи мясники...

— Да, врачи — это вообще зло! Им лишь бы отрезать что-то!!!

— Лена... у меня завтра операция... и я очень нервничаю. Мне страшно. Я боюсь, что это снова рак и что мне осталось немного. А ты мне за сутки до операции поешь такие ужасы...

— Рак вообще можно лечить настойкой подорожника!!

— Что?...

— Да! Я где-то читала, что его лечат настойкой подорожника!

— Я не стану лечить свой рак настойкой подорожника, Лена... может эта настойка и правда кому-то помогает, ну и слава Богу. Я предпочитаю испробовать все возможные классические виды лечения.

— Эти методы давно не работают! Это все фармакология! В им лишь бы вытащить деньги из людей! Они не лечат, а калечат!

— Лена, помнишь Стива Джобса? Он прожил бы дольше, если бы вместо всей это лабуды с подорожниками и почей травой доверился бы нормальным врачам и вовремя бы сделал операцию. Этот гениальный человек прожил бы возможно ещё несколько месяцев или лет, если бы вовремя сделал операцию по удалению опухоли.

— Если бы он сделал операцию, он бы, наверное, там и умер бы на этом столе!

— Лена! Я прошу тебя... у меня завтра операция. Ты понимаешь это?! Если уж ты не можешь меня поддержать, то хотя бы не пиши мне всякие ужасы о том, что врачи мясники и пациент обязательно умирает на этом столе...

— Я и так поддерживаю тебя!

— Как? Ты поешь мне все это, и мне становится ещё хуже...

— Я очень эмпатийный человек! И я сопереживаю! Мне вообще очень нелегко!

— Что?!? Тебе не легко?! Ну пипец... извини, что тебе так не легко! Эмпатия? Какая эмпатия?! Ты и эмпатия — это противоположные вещи! Ты и понятия не имеешь, что это такое! Постараюсь не умереть там на этом столе завтра. Спасибо за поддержку тебе. Не дай Бог никому такой эмпатии и поддержки. Как говорят, с такими друзьями и врагов не надо...

И все. Я просто заблокировала Лену.

И спустя какое-то время я сняла эту блокировку. В ней уже не было надобности, потому что прошло довольно много времени и этот разрыв, и нежелание общаться были взаимными.

Потом я узнала, что Лена отучилась на психолога. И я подумала: наверное, она научилась эмпатии таким образом?.. Ну а почему бы и нет... ведь чтобы работать психологом, нужно обладать высоким эмоциональным интеллектом. Иначе как сопереживать, как слышать и понимать человека, который пришёл к тебе за помощью?..

Я возвращаюсь в настоящее, хотя эти воспоминания и неспособность порадоваться и быть в полной мере благодарным за внимание и поздравления с днем рождения когда-то близкого друга огорчают. Но не ответить нельзя.

— Я поняла. Я отвечу ей. Не переживай. — говорю я Саше.

И я отвечаю. Спустя 2 года я снова пишу Лене:

«Лена, Саша мне передал, что ты поздравила его с Днём рождения.

Он очень благодарен, что вы помните. Спасибо за поздравления.

Но Саша, к сожалению, не может ответить тебе. Ты передала привет мне и Соне.

Мне очень жаль об этом тебе сообщать, но Соня погибла 3 марта. Ты расскажи Дане. Нам ещё очень трудно об этом говорить. Мы пока не можем об этом говорить. Может быть потом...»

Лена прочитала эти сообщения только на следующий день и ответила:

«Оля, привет! У меня нет слов. Так больно и горько. Я ушла плакать, душа болит теперь.»

Лене больно и горько, и она ушла плакать. Ни слов соболезнования, ни хотя бы банального «держитесь, ребята!», ни важных слов, которые пишут все нормальные люди, которые обладают той самой эмпатией, которая по мнению Лены у неё зашкаливает... кажется, это такие простые слова: «Держитесь... Мы с вами. Если вам нужна будет наша поддержка, мы всегда готовы вам помочь чем сможем!»

Но они и правда простые... для людей с эмпатией, не зацикленных на себе, своей болюшке, своих ценных слезках, которые Лена пошла плакать, торжественно объявив мне об этом. Вероятно, я должна была ее успокоить и поддержать, в такой нелегкий для неё момент?.. и я ответила ей:

— Мне очень жаль, что мне пришлось рассказать, я поэтому и никак не могла решиться. Не хотела, чтобы кому-то было больно как нам.

Чтобы кому-то было так больно, как нам. Так больно может быть только тем, у кого погиб единственный, любимый ребёнок. Но этого Лене не понять. Потому

что такое понимание без эмпатии не даётся. Даже обучение на психолога, к сожалению, не помогло Лене обрести это бесценное качество.

Даня, кстати, тоже так ничего и не написал. Ни мне, ни Саше... Не выразил никакого сочувствия...

Все эти три месяца я долго переживала, как я скажу им о случившемся. Мне даже было немного стыдно, что я не могу решиться и сказать им. А зря я так переживала. И не зря не хотела говорить. Потому что в такой тяжелой ситуации ты интуитивно принимаешь верное решение — сказать, если ты доверяешь человеку. И не сказать, если не уверен в нем. Я не сказала, и теперь понимаю, что моя интуиция меня снова не подвела.

День рождения продолжился, и мы даже забыли об этом неприятном моменте. Все, кто был для нас по-настоящему важен, все кому мы по-настоящему доверяли, были с нами в этот день.

Спасибо настоящим друзьям, что они у нас есть!

И да здравствует эмпатия!

8 июня 2022

День 44. Будь добрее

С утра мы обсуждали Лену, которая в лучших традициях эмпатийного жанра, узнав о гибели ребёнка, вместо соболезнований скорбящим родителям, пожаловалась на свою боль и торжественно объявила, что пойдёт теперь плакать. Обсуждали Сашину маму за малодушие и трусость и его старшего брата за то, что вместо поддержки, он на следующий день после смерти Сони, озадачил Сашу поисками лекарства для его дочери.

Все это возмущало нас. И мы по привычке раскладывали ошибки и человеческие недостатки по полочкам. Давали оценки, анализировали, снова возмущались и так по кругу...

Потом мы решили поехать в магазин. Я села в машину и просто повернула голову, посмотрела в окно. У входа в Сбербанк стоял мальчик. На его футболке была надпись: "Be kind". Будь добрее. Хм... это знак?..

На обратном пути к дому я попросила высадить меня на дороге, чтобы Саша не терял время на въезд во двор. Я и так быстро дойду до дома. А Сашка торопился за Димкой. Он собирался привезти его к нам для совместного душевного времяпро-

вождения: мы хотели вместе погулять, а потом посидеть у нас. Но как только Саша остановил машину, а я открыла дверь, чтобы выйти, я услышала пронзительный звук автомобильного клаксона. Не краткий и одиночный, а долгий и настойчивый. Такой звук означает нецензурную брань и обычно переводится как: «Какого *^#^^ ты тут остановился, #%%*!»

На меня такие вещи действуют как красная тряпка на быка.) Совершенно не торопясь, я спокойно вышла из машины и демонстративно мееееедленно закрыла дверь машины, ласково улыбаясь обезумевшему от гнева водителю. Водителем оказалась не очень красивая, не очень молодая и довольно бесформенная женщина неопределенного возраста. Из-за своего лишнего веса и искривлённого от злости лица возраст ее определить было трудно. Я пошла к подъезду, но тут заметила, что разгневанная тётенька едет прямо за мной! Она остановила машину, открыла окно и на всю улицу начала крыть меня отборным матом! Причём оказалось, что по ее же словам, которые иногда все же просачивались сквозь российское кружево трехэтажного мата, сзади у нее сидит ребёнок (внезапно!) и она, внимание, очень торопится! Но ни ребёнок на заднем сиденье, ни срочные и не отложные дела, не помешали ей ездить за мной по дворам, пока я шла к своему подъезду и продолжать орать матом из окна своей машины:) Это было и смешно и грустно:) Я ещё подумала тогда: «Вот, бухтели с утра с Сашкой, осуждали других людей, не поняла я знака о том, что надо быть добрее... вот и получила такой вот неадекват».

Саша позже сказал, что видел, как поворачивая во двор и заезжая в узкий проезд арки, она поцарапала бок машины об стену... «Мгновенная карма!» — сказал Димка. И наверное, он был прав... А я вспомнила футболку мальчика. Будь добрее... И разве, перемывая кости другим людям, мы не выглядим, как эта сумасшедшая женщина, которая, не заботясь о ребёнке на заднем сидении и забыв о том, что она только что куда-то торопилась, ездит по дворам, царапает свою машину... чтобы что? Чтобы орать и злиться? И выглядеть как городская сумасшедшая и не вызывать ничего кроме сочувствия или жалости?

А потом мы очень классно погуляли и посидели втроем у нас. Димка и Саша рассказывали смешные истории из своей армейской жизни. Димка добрый. Очень добрый. И Сашка тоже. Хочу научиться принимать людей такими, какие они есть. Не судить их. Не оценивать.

Будь добрее. Для самой же себя. Чтобы не прилетала потом вот так мгновенная карма.

9 июня 2022

День 45. Мир наполовинку

Соня любила «найти» смайлик во всем что ее окружало. В каком-то предмете, который мы видели, проходя мимо, в облаке на небе, во фруктовой дольке, когда откусываешь кусочек, в разрезанной помидорке, в рисунке из макарон в своей тарелке. Она рисовала эти смайлы везде. Недавно я нашла старую точилку. Такие делают сразу для двух видов карандашей — для стандартного и толстого карандаша, какими рисуют маленькие дети. И вижу два отверстия — это два глаза, один побольше другого и пониже... улыбочка:).

Последние несколько месяцев я часто видела странный смайл, который состоял сразу из двух улыбок — радостной и грустной. Вот такой :))

Если посмотреть с одной стороны от «глазок» — то это грусть, а посмотреть наоборот — радость. И этот грустно-радостный смайл я видела все чаще. Соня рисовала его в тетрадах, на стирательных резинках, на школьных вещах, в записках, и просто на листочках. Что это — половинка грусти + половинка радости? Или необходимость скрывать свою грусть за шутками и искусственной улыбкой?

Я вспомнила, как она рисовала себя — девочку, с распущенными волосами, грустную. Всегда с одинаковой прической — один глаз всегда закрыт длинной челкой. И на кофте как всегда двойной смайл — «Мне грустно, но я улыбаюсь»

Мы помнили Соню очень веселой. Она постоянно нас смешила. У неё было прекрасное чувство юмора.

Ее любимый сериал был «Друзья». А любимый персонаж из этого сериала — Чендлер Бинг. Вечный весельчак, который скрывал за маской юмора свои комплексы, свою боль от сложного детства.

А недавно я перебирала Сонины вещи и нашла пенал, который был у неё в 1-2 классе начальной школы. И увидела как всегда изрисованный улыбочками материал. Две улыбки рядом: одна — радостный смайл :), а вторая, рядом грустный — :(

А ещё вспомнила, как я записывала когда-то очень давно в Сонин дневник истории о ее событиях за день. Как-то раз я записала Сонины воспоминания за прошедший день: «Все дети играли. А мне стало грустно, и я не стала играть со всеми, а ушла к окну и стояла. Просто смотрела в окно.» Соне тогда было лет 5-6. Она была в детском садике.

А в 1 классе я помню в этом же дневнике Соня нарисовала треугольники, а я подписала — «Сегодня мы изучали новые фигуры — треугольники». И я увидела, что Соня добавила к моей подписи, указав на угол одной из фигур: «Это грустные углы.» Может быть мы совсем не знали свою Соню?

Спустя пару дней после смерти Сони я сидела, пыталась есть свой завтрак. Творог, с голубикой и киви. Я не чувствовала голода и первые дни заставляла себя есть.

И вот я смотрю на свою ложку. А там... киви... улыбается мне:) — «Не грусти, мамочка!»

10 июня 2022

День 46. Зачем жить?

*«Оборвана цепь жизни молодой,
Окончен путь, бил час, пора домой,
Пора туда, где будущего нет,
Ни прошлого, ни вечности, ни лет.»*
(М. Ю. Лермонтов)

Последние дни даются не легко. Вчера я плакала почти весь день. Никак не могла остановиться. Саша купил для меня велотренажер, чтобы я потихоньку разрабатывала ногу.

Позвонил Тёма, спросил, как мои занятия с ногой? Я говорю:

— Вот, велотренажер стоит, ждёт меня.

— Ну, так чего же ты ждёшь? Садись и скинь мне фото как ты тренишь!

Ну села, сфотографировалась для Темы. Сижу, кручу еле-еле эти педали и плачу... слезла. Плачу. Подошла к окну — плачу... и так часа 2-3 без остановки. А до этого занималась компоновкой Сониных фотографий в альбоме, тоже рыдала. Никак не могу успокоиться. Смотрю на крыши домов, представляю: «Это же всего один вздох, глаза закрыл... и вниз... и все... больше ничего не болит. И свободна... как птичка!» Я открыла окно. Было жарко. Я села на подоконник, смотрела на небо.

Сашка позвонил, услышал, что плачу. Спрашивает:

— Что делаешь? Где ты?

— На окне...

— На каком окне?..

- На нашем. В комнате сижу на подоконнике...
- Слезь пожалуйста оттуда! Я сейчас приеду!
- Да я ничего, я просто на небо смотрю...
- Слезь пожалуйста!
- Ну ладно...
- Оля, я скоро приеду! Хочешь, Димку привезу?
- Не надо... Он устал, он мне сегодня звонил, говорил едет домой отдохнуть наконец-то.
- Я у Димки сейчас. Он нормально. Сейчас приедем вместе!

Слезла с окна... Через 15 минут приехали Сашка с Димкой.

А я сижу в Сониной комнате. Там сижу и плачу. Саша забегает, и сразу в комнату, видит окно открыто, а меня нет... Я кричу: «Я тут!» а он уже за сердце...

Я вышла к нему, а ему плохо, вижу плачет... испугался, что меня нет, а окно открыто. Обняла его.

Димка пришёл следом. Принёс 4 литра пепси без сахара. Как и заказывала:) Сидели, болтали, они меня, как всегда, смешили:) Димка привёз Сашке подарок — нож на заказ, ручной работы, из прочной стали из Кабардино-Балкарии. Красивый! Большой такой ножище! Говорят, острый! Смотрю на него, и само собой представилось, как я вжих.. и по венам.. и нет меня... Сашка заметил мой странный пристальный взгляд на этот нож, отобрал.

А сегодня тоже День друзей у нас был. Днём поехали в гости к Тёме на работу, а он нас угостил в своём любимом грузинском ресторане. Вкусно, ужас как! И место хорошее, душевное такое! А потом поехали на встречу с Димкой и Катей на Крестовский. Там ресторан называется «Карл и Фридрих». На стоянке машины, все как на подбор — Ламборгини, Ягуары, Мерседесы... Официанты замученные, гости ресторана — кто кого понтами задавит. Тётенки на тюнинге, дяденьки на брендах... И так мне стало там не уютно, так захотелось домой... Паника какая-то прям началась. Уехали с Сашей оттуда в итоге.

Едем, а закат такой красиивый! Небо — розовое с голубым, ванильное небо!

А я еду, смотрю на эту красоту... На птиц свободных, на пилоны Моста Петровского фарватера... сколько в них метров высоты? Больше 100 метров, это точно... Думаю — вот бы оттуда и вниз... и все, больше не больно.

Зачем так мучиться... зачем все это? Ведь все равно все мы рано или поздно уйдём. Так зачем мучаться так долго? Плакать каждый день, без остановки. Каждый день каждого года. Умирать изнутри. Просыпаться, чувствовать эту боль, жить с ней и засыпать с ней, зачем?..

Зачем?..

— Только будь пожалуйста со мной... Ты мне очень нужна... — мы уже дома, Саша устал, уже засыпает. Но бормочет мне эти слова.

Он живет ради меня. А я? Смогу ли я жить ради него?.. Больше всего на свете я не хочу, чтобы ему было больно. Вернее, не хочу причинить ему ещё больше боли, чем ту, что он испытывает сейчас. Моя боль подождёт пока. Пока я нужна ему, я буду жить и терпеть.

11 июня 2022

День 47. Вопросы и ответы. Книги

*«Там, где дни облачны и кратки,
Родится племя, которому не больно будет умирать.»*
Петрарка.

После того, как все случилось, я отчаянно искала ответы. Я стала читать книги о суициде. О предсмертном опыте. О регрессионном гипнозе в прошлые жизни, в жизнь между жизнями.

Я читала как документальные, так и художественные книги. И эзотерику, и классический психоанализ. Зачем? Чтобы понять. Понять почему это случается? Что движет человеком, который совершает суицид? Что он чувствует за минуту до... что происходит с его сознанием во время... и после? Испытывает ли он боль, ужас, страх, или наоборот, умирать не страшно? Я искала и скачивала все что только можно было найти в сети. Я читала их одну за другой. Одни помогали мне, другие вгоняли в ещё большую депрессию.

Когда-то давно мне попала книга Майкла Ньютона «Путешествие души». Мы тогда уже жили с Сашей, Соня была очень маленькая. Книга показалась мне очень интересной, и я предложила Саше читать ее вместе. Так мы прочитали вместе вслух свою первую общую книгу. Книга захватила нас. Мы вспомнили свою первую встречу и поняли, что эффект «замедления времени», когда ты встречаешь кого-то очень важного в своей жизни происходит не просто так. Это знак. Яркий знак для души остановиться, увидеть, не пропустить «свою судьбу».

До встречи с Сашей я читала много хороших и не простых книг: Кена Кизи «Пролетая над гнездом кукушки», Йэна Бенкса «Осиная фабрика», Джона Фаулза

«Волхв» и «Коллекционер», Кафку «Процесс» и «Голубка», Гёте «Фауста», Данте Алигьери «Божественная комедия», Германа Гессе «Степной волк», Андрея Бунина «Темные аллеи» и Куприна «Гранатовый браслет», Набокова «Защита Лужина», «Машенька» и «Камера обскура», Островского «Гроза», Коэльо «Вероника решает умереть», Вишневского «Одиночество в сети», Кундера «Невыносимая легкость бытия», Фредерика Бегбедера «99 франков», Лермонтова «Герой Нашего времени», Булгакова «Мастер и Маргарита», Кена Уилбера «Благодать и стойкость», Виктора Франкла «Скажи жизни да!»

Особенно на меня произвела впечатление книга Барбары Пахль-Эберхарт «Четыре минус три». Это очень грустная, но очень добрая книга. Которая даёт надежду, что даже в самый тёмный и страшный день может показаться лучик надежды. Что можно выжить даже после самого тяжелого горя.

Помню, я даже стала советовать эту книгу друзьям, потому что она показалась мне очень... жизнеутверждающей! Но никто ее так и не прочёл... трудно читать такие тяжелые книги. Наверное потому, что никто из тех, у кого все живы и здоровы, не хочет подходить ближе к теме смерти.

Не знаю, почему я читала так много грустных, странных, тяжелых... но таких хороших книг. Может моя душа готовила меня к будущим испытаниям?

Саша ничего не читал из этого. Даже «Мастера и Маргариту» мы читали вместе вслух. Мне хотелось поделиться с ним этим волшебством, и я знала, что ему она понравится. Я угадала!

В каждой из этих книг был надрыв, был уход в темное, откуда не все могут потом вернуться. Поэтому для меня книга Майкла Ньютона была чем-то вроде источника веры, что все это не зря, что у всего есть смысл. Нам просто его не понять. И остаётся только верить. Принимать все что с нами происходит и верить в то, что в этом есть высший замысел.

Эта вера очень помогла нам с Сашей. Если бы не вера в то, что душа Сони сейчас свободна и счастлива, то не знаю, как бы мы пережили то, что произошло... И ещё... небольшая надежда, что мы не были плохими людьми и мы не погубили маленькую, беззащитную душу. Возможно, это был контракт души, который она выполнила, чтобы помочь нам с Сашей? И всем, кто любил Соню, это было нужно, чтобы пройти какие-то важные духовные уроки?

Мы читали в этой книге о случаях, когда люди, погрузившись в состояние гипноза рассказывали о таких договорах. О предначертанных судьбах. О выборе тела с его особенностями, сильными и слабыми сторонами. И даже о том, что некоторые души, особенно души детей, иногда приходят на Землю на небольшой срок и порой внезапно уходят, чтобы научить родителей важному уроку.

Благодаря этой книге мы не были потеряны. Мы знали, чувствовали ее присутствие. И чувствовали, что даже у этого страшного события есть смысл. Просто мы его не можем понять. Пока не можем.

Это была «пища» для сердца, для души. Но я человек, который живет через ум. Мне нужна была пища для ума. Поэтому я «проглатывала» все, что находила на тему смерти и суицида.

Недели за три я прочитала так много разных книг...

Я прочитала Эдвина Шнейдмана «Душа самоубийцы», Элизабет Кюблер-Росс «О смерти и умирании», Реймонда Моуди «Жизнь после утраты», Шефова «Психология горя», Боба Дейтса «На утро после смерти», Джулию Сэмюэль «Переживая горе», «Молчаливое горе» Кристофера Лукаса.

Из книг с эзотерическим направлением: Майкл Ньютон «Путешествия души», «Предназначение души» и «Воспоминания о жизни после жизни», Брюс Грейсон «После. Что околосмертный опыт может рассказать нам о жизни, смерти и о том, что будет после».

Из художественной литературы была снова книга Барабы Пахль-Эберхарт «Четыре минус три», ее уже я начала читать вслух Саше.

Прочитала короткую историю о девочке подростке, которая дважды пыталась покончить с собой из-за безответной любви, автора Наталии Цорионовой «По ту сторону любви». Было немного тяжело читать, но книга хоть и короткая, но очень настоящая... Такое ощущение, что автор действительно пережила все эти сильные чувства, которые чуть не довели ее до смерти.

Я попыталась читать одну из любимых книг сообщества «Синий кит», (это запрещённая организация на территории РФ) — «50 дней до моей смерти». Я надеялась понять мысли и чувства подростка, который думает о смерти, как о выходе. Автор, наша соотечественница, Стейс Крамер (Анастасия Холова), подросток из Норильска. Но я не смогла ее дочитать. Возможно, в силу возраста и мне трудно было читать подростковый дневник, сюжет которого показался мне немного искусственным. Читать было скучно просто потому, что герои казались мне не настоящими, пластмассовыми, сюжеты выдуманными... Хорошо, что в конце героиня выбирает жизнь. Но я не смогла «дожить» до этого счастливого конца... Не уверенная, не очень красивая, закомплексованная девочка-подросток. Ее лучшая подруга — самая красивая и популярная девочка в школе, в которую влюблён, естественно, самый красивый мальчик школы. И эта красивая и популярная девочка отчего-то просто обожает главную героиню... И главная героиня влюблена в парня этой подруги. Героиня сбегает к бабушке, которая, почему-то живет с молодым любовником в 2 раза ее младше... Когда я начала читать, я подумала: написано так,

как будто автор никогда не жила в этой среде и никогда не знала этих людей. И когда я узнала, что нет никакой Стейс Крамер, нет американский Школы, с ее свободолюбивыми тинейджерами и бабушки, живущей в собственном доме с молодым влюбленным в неё парнем... а есть холодный и промозглый Норильск... или Астрахань... русская глубинка... серые пейзажи... российская безысходная реальность. Я скорей бы поверила в это. Потому что это настоящее, реальное, хоть и не такое приторное.

Я так же пыталась прочитать довольно популярную книгу Норы Фрейсс «Марион: Мне всегда 13». Эту книгу написала мама девочки, француженка. Дочь автора — девочка-подросток, Марион, покончила с собой. Она повесилась на шарфе в своей комнате. Судя по рассказам ее матери, Марион постоянно подвергалась насмешкам или, как сейчас принято говорить, «буллингу», а по-русски — травле. С чем это было связано, я так и не поняла... Мне очень жаль эту девочку. И конечно, мне очень жаль ее маму. Но то, как эта бедная женщина, которой овладела глубокая печаль и гнев ведет свое «расследование», больше напоминает поиск «виновных». Женщина обвиняет все и всех. Все виноваты! Соседи, родители одноклассников ее дочери, директор школы, учителя, классный руководитель дочери, даже дети, которые хоть как-то общались с ее дочерью. Не так сказали, не прислали цветов, отказываются выслушивать по телефону ее обвинения по ночам, не хотят брать на себя вину за смерть ее ребёнка! Больше всего меня удивило то, что ни разу за все время... в сознании этой женщины не возникла мысль о том, что она тоже, и может даже она в первую очередь, виновна в произошедшем!

Пока я пыталась читать эту книгу, мне казалось, что эта женщина, эта несчастная мать застопорилась на одной стадии — гнев. И она ищет любого, на кого можно было бы можно гневаться. Она играет в этой истории роль жертвы. Но пока я читала эту книгу, мне так и хотелось крикнуть ей: «Это не ты жертва! Прежде всего, жертва — это твоя дочь!»

Я не смогла дочитать это «расследование». Слишком велики были гневные эмоции, слишком обличительны речи убитой горем матери. Больше всего было жаль ее, ведь гнев такой силы может просто убить ее. Столько гнева... В том числе и на родителей других детей. Только за то, что они не позволяют автору книги мучать своих детей расспросами о ее погибшей дочери. Но ведь у матери Марион есть причины для ярости! Ведь ее дочь указала имена этих ребят в своей предсмертной записке. Да, я понимаю. Травля — это страшно. Это жестоко. Но я не думаю, что эти ребята желали смерти этой девочке... Маме почему-то не приходит на ум, что ее травил именно потому, что она проявляла патологическую слабость. А почему она была такой? Пыталась ли мама девочки задать себе эти вопросы? — Нет. Ее дочь была святой. Ангелом. А остальные люди — просто монстры. Директор, который не хочет брать ответственность за смерть ее дочери — монстр. Классный

руководитель, который просит ему не звонить, после очередного вечернего истеричного звонка матери с требованиями и обвинениями — тоже монстр. Соседи — тоже монстры, потому что отворачиваются, переходят на другую сторону улицы, чтобы не встречаться взглядом с обезумевшей матерью, которая вот-вот сорвётся.

Нет... эта книга не может помочь, когда ты в такой ситуации. Скорей наоборот... она подбивает искать виноватых вовне. И злиться. Очень злиться на все и всех. А когда виноват кто-то другой... ведь тут вообще нет шанса. Просто потому, что этот шанс зависит от других.

Я понимаю эту женщину отчасти. Во мне тоже много гнева. На родных, которые ляпают бестактную чушь и навязывают свою точку зрения. На самых близких людей, которые просто отвернулись от нас в самый тяжелый момент. На друзей, вернее, теперь уже бывших друзей, которые сделали вид, что ничего не произошло. На себя. Но я знаю, что этот гнев разрушает. И я бы не хотела его множить внутри себя. Я надеюсь, что однажды он утихнет или превратиться во что-то другое. Ты все равно, даже в такой тяжелой ситуации надеешься на то, что это не конец. Надеешься на то, что ты не сойдешь с ума, на то, что ты сам не сделаешь такого же страшного выбора. А читая эту книгу не хотелось верить ни во что светлое и хорошее.

Но есть и другие книги. Те, что очень мне понравились. Особенно я хочу сказать о книге Джеффри Евгенидаса.

Я не смотрела фильмов, снятых по его книгам. И не слышала о сюжетах. Я давно хотела прочитать его другую очень известную книгу — «Средний пол». Но все никак было не выбрать время. И вот я решила начать знакомство с творчеством писателя с другой его книги — «Девственницы-самоубийцы».

Читать эту книгу было интересно, грустно, больно и страшно... Мне кажется, он так ярко и честно показал чувства подростка, который загнан в угол и видит только один выход из тупика. «Завтра мы сбежим!» — что бы это ни значило... Свобода. Побег. Не важно, что сбежать придётся из жизни. Как в «Кукушкином гнезде», Кена Кизи, индеец освобождает свободный дух главного героя из его поврежденного тела-клетки.

Девочки храбро решают освободиться. Все вместе. И навсегда. Стать свободными. И они... выигрывают эту битву... они выбирают свободу, а не вечную жизнь взаперти...

Почему-то на эту книгу очень много негативных отзывов. Не знаю почему. Книга очень яркая, живая, честная. Я не увидела там никакой грязи, про которую пишут недовольные читатели... Наоборот, я увидела чистые души, которые очень старались, очень пытались жить. Как все. Быть в себе. Быть в рамках.

Быть. Они же были живые! Подростки. Со своими мечтами, желаниями, секретами, страхами... и да, они были настоящими. Запах. Цвет. Форма. Эмоция. Сомнение. Грусть. Смятение. Все это такое живое и настоящее в этой книге.

Многим не понравилось то, что рассказ ведётся от имени влюблённых или наверное, даже просто любопытных мальчишек-подростков. Которые жили по соседству, и просто хотели понять этих странных соседских девушек. Может только они и пытались понять этих девчонок?.. Недовольные читатели их почему-то называли «сталкерами». Мне так не показалось... Так бывает, когда рядом живет необычный, уникальный человек, который вроде бы так близко, но так далеко. Потому что он совсем не такой как все. А если их целых пять? И живут они в соседнем доме.

Я очень надеюсь, что я не была такой вот властной, жёсткой и холодной мамой, какой описана мать девушек. А Саша не был таким слабым и безвольным папой, как отец главных героинь.

Я читала все эти книги (и продолжаю читать, на очереди ещё довольно внушительный список), чтобы понять, чтобы хотя бы чуть-чуть приблизиться к пониманию: «Почему?...» Возможно ли это? Есть ли ответ на этот вопрос? Узнаю ли я когда-нибудь? Пойму ли?

Я просила у духа Сони — «Покажи мне! Пожалуйста, покажи...»

Пусть это было бы больно, страшно, невыносимо. В каком состоянии должна быть маленькая, испуганная душа девочки, чтобы она приняла такое решение? Резко и быстро? В аффекте? В страхе? В растерянности? В чёрном, глубоком унынии и убежденная, что выхода нет? В поисках освобождения от внутренней боли?

Или она думала об этом, решалась, не могла заснуть ночами? А ведь последние дни у неё была бессонница. Она так крепко обнимала меня перед сном и все не хотела отпускать... она боялась? Она так просила о помощи? Я не услышала ее... я не поняла... я не помогла ей...

Читая эти книги, одну за другой, я старалась понять... я старалась опуститься так низко, что иногда мне казалось, что я сама уже близка к краю... и сейчас я не отвергаю возможности закончить эту жизнь раньше срока. Если ничего так и не смогу понять. Если так и не смогу жить с этим. И жить без неё. Но. Я обещала себе. Саше. Соне. Маме. Психологу, наконец! Я обещала дать себе время. У меня осталось целых 4 месяца! Целых 125 дней!

Что если моя душа уже который раз рождается на Земле, и не может пройти этот урок? Потеря. Осознание важности любви. Ценность любимых людей. Ответственность за жизнь и Здоровье своего ребёнка. Проявление терпимости и великодушия.

Что если это уже не первая моя попытка?.. И я уже не в первый раз ее проваливаю?.. Смогу ли я в этот раз?.. Или снова все испорчу, брошу. Уйду. Спрячусь. Буду жалеть себя. Убью себя. Или дам убить себя духовно своему чувству вины и медленно сойду с ума, опущусь на самое дно? Какой же выбор я сделаю?.. И есть ли у меня вообще шанс? Вот она — настоящая жизнь. Не так-то это просто, как смотреть со стороны: на героя книги или фильма. Это ты. И твой выбор определит не только твою жизнь. Но и жизни тех, кто тебя любит.

Как-то психолог, узнав о моих мыслях о желании уйти из жизни поскорее, спросила:

— Почему Вы бы хотели уйти?

— Чтобы быть с Соней.

— Хотела бы Соня, чтобы Вы сейчас попали туда, где находится ее душа? Хотела бы она, чтобы вы сейчас были там с ней?

— ... нет.

— А чего бы она хотела?

— Она хотела бы, чтобы я справилась и помогла своим близким. И..

— Что?

— .. и может чтобы однажды я была бы счастлива?..

Ниже пара цитат из коротенькой книги Натальи Цорионовой «По ту сторону любви», которые теперь понятны и близки мне, как никогда:

«Ведь всегда проще сделать вид, что ничего не происходит. Люди боятся того, чего не понимают, и облачают непонимание в вуаль повседневности, стараясь подвести все под общую черту: «Вся эта дурость от безделья, вкальвать надо с утра до вечера». И это можно требовать от несчастного ребенка, нуждающегося в помощи?

«Вырастешь, образумишься, выйдешь замуж...» Увы, я уже обручена со смертью, которая никого не отдает назад.»

«Смогу ли я?», — думаю я, держа в руке лезвие и смотря на его металлический отблеск, холодный, как смерть. В то же время я понимаю то, что я слабая. Сделать это — показать свою слабость перед жизнью. Так поступают только конченные люди. Настоящая смелость — ничего с собой не делать, и храбро выпить до дна свою чашу боли. Ведь никогда не знаешь, что ждет тебя впереди, в том таинственном завтра.

Но чувства сопротивляются этой холодной рассудительности. Эта боль никогда не пройдет, я не могу от нее убежать, потому что она внутри. Куда бежать? Я не вижу никаких путей, кроме единственной дороги, ведущей в никуда...»

12 июня 2022

День 48. Хороший день

Сегодня был такой хороший день!

С люблю субботу.

Потому что в субботу я теперь встречаюсь с Анной. Этот день начинается хорошо, потому что ты в приятном предвкушении и с надеждой.

Тыходишь в кабинет 37 и видишь ее добрые глаза и милую улыбку, и затем 1,5-2 часа пролетают так быстро! И ты чувствуешь в себе новые силы жить!

Анна говорит порой такие вещи, которые, может быть, ты и сам знал, но она это делает так по-особенному, что эти «знания» как будто начинают наполняться смыслом, жизнью и энергией.

Сегодня я рассказала Анне о своих навязчивых идеях по поводу «освобождения» от душевной боли. Я боялась, что эти мысли о спонтанном суициде — это уже нарушение психики. И я боялась, что мне уже нужен психиатр. Ведь эти мысли стали появляться сами собой. Как будто параллельно с моим сознанием. Но Анна успокоила меня и пояснила, что это нормально для моей ситуации.

Анна рассказала, что сейчас я переживаю этап сильного горя, когда слёзы не останавливать и внутренняя боль кажется такой сильной и бесконечной.

Я спросила, не делаю ли я хуже сама себе тем, что я каждый день занимаюсь компоновкой фотографий Сони. Не усложняю ли я ситуацию тем, что, как говорит моя одна моя знакомая, создала «алтарь».

Но ведь для меня это не «алтарь», а уголок памяти. Там Сонины фотографии и рисунки, открытки, которые она рисовала для нас с Сашей, наши семейные мамы, баночка с конфетами M&M's, ее детский дневник, футляр с ее очками, новогодние «секретные» конвертики с пожеланиями, и цветочек. Каждый раз разный. Соня любит розы. Они живут дольше, особенно, если цветок выбран с любовью. Как будто она сама его выбирает, когда я или Саша приходим за ним в цветочный магазин.

И просматривая наши с ней фотографии и создавая из них альбомы, я проживаю каждый момент наших совместных путешествий или прогулок заново. Это может быть трудно, да. И то, что я постоянно смотрю на ее фото или прикасаюсь к ее вещам — возможно это действительно вводит меня в тяжелое состоянии ещё глубже. Но, мне кажется, я просто не могу сейчас иначе...

Анна говорит этап депрессии необходим. Об этом говорит не только Анна. Основательница теории о стадиях проживания горя, Элизабет Кюблер-Росс пишет о том, что это неизбежный процесс. Это неотъемлемая часть процесса переживания горя.

Как во время болезни.

Сначала ты чувствуешь легкие симптомы простуды. Ну нет, не может быть. Ты же сильный, здоровый человек, ты справишься. Ты на этапе отрицания.

Потом ты осознаешь, что тебе не показалось, чихнув пару-тройку раз с утра. Закинул витаминами — этап торга. Ты думаешь, что, если выпьешь вовремя витаминки, болезнь отступит. Но нет, она не только не отступает, она крепнет в тебе. И вот ты уже зол на самого себя, что вылез гулять в дождь и не выпил горячего чаю после этой злосчастной прогулки!.. А у тебя ведь масса работы и болезнь эта совершенно не к месту! Ты на этапе гнева.

Потом ты чувствуешь настоящий жар и понимаешь, что ты заболел. Причём заболел очень серьезно. Наступает самый тяжелый этап болезни — высокая температура, жар и головная боль — это и есть этап депрессии.

А дальше у всех по-разному.

Если продолжать отрицать болезнь, злиться и корить судьбу вместо того, чтобы дать своему телу отдых и покой, то болезнь может перейти в хроническую форму и даже дать осложнения на жизненно-важные органы. И тогда можно потерять шансы на выздоровление совсем. На этом этапе важно осознание своей слабости, невозможности что-либо изменить и осознание необходимости дать себе время. И главное, осознание, что тебе больно и плохо. Но это нормально. И если не мешать процессу, то организм справится и в скором времени начнёт вырабатывать антитела. И через 3-5 дней ты начнёшь чувствовать себя лучше.

Но сейчас тебе ничего другого не остаётся, как смириться и перетерпеть эти несколько дней жара, лихорадки и ломоты во всем теле. И вот ты на этапе смирения.

Проходит время, ты начинаешь поправляться. Ты чувствуешь, что жар уже не сопровождает тебя постоянно и даже появляется аппетит. И вот ты на этапе надежды на жизнь. Надежды на выздоровление. Но этап смирения невозможен, без проживания этапа депрессии. Поэтому необходимо позволить себе чувствовать эту боль, но при этом знать, то есть верить, что это однажды может измениться — это и есть работа горя.

Ещё Анна успокоила меня в моих сомнениях по поводу того, что наша с Сашей поездка к моим родителям постоянно откладывается. А все из-за того, что я так

тщательно занимаюсь приготовлениями к дню прощания с Соней. Плюс у меня постоянно много работы. И мне приходится заниматься всем и сразу.

И еще я поняла, почему для меня так важны эти приготовления. И я поделилась своими размышлениями с Анной:

Ведь у нас не было похорон. Более того, мы фактически и не видели Соню мертвой... И поэтому у нас нет осознания завершенности процесса. Мы пока не отпустили Нашу Бусинку. Все эти приготовления мне нужны для того, чтобы этот день прошёл так, как мне бы этого хотелось. Это — своего рода компенсация. Завершение. Необходимый ритуал, который поможет мне отпустить Соню на свободу. Я хочу все это сделать для неё, в память о ней. Я хочу сделать этот день очень красивым. И я понимаю, что это будет грустный день. Но я хочу, чтобы он был светлый.

Анна сказала сегодня: «Меньше всего Соня хотела, чтобы вы страдали и мучились от чувства вины. Она не хотела никого наказывать...» Я думаю, это правда. Ведь Соня очень добрая душа. Она готова была взять на себя даже чужую боль, лишь бы любимые люди не страдали.

И ещё одна важная фраза Анны, которую я хочу записать и запомнить. Когда я сказала: «Ну ладно, я-то заслуживаю испытывать эту боль, я не очень хороший человек. Но Саша! Он очень хороший, очень добрый и любящий. Получается, что нет никакой логики?.. Ведь он этого не заслужил! За что же ему это?» И Анна ответила на это: «**Никто не заслуживает такого.**»

Ещё Анна рассказала, что самые заслуженные психологи и психиатры либо не имели детей, либо их дети были не очень счастливы, либо эти гуру психологии бросали своих детей и занимались всю жизнь только наукой. Поэтому даже светила психологии часто не знают, как же правильно воспитывать детей... как это — быть хорошим родителем.

Я рассказала Анне, что поняла, что моя идея уехать через 4 месяца скорей всего ни к чему не приведёт. Потому что «уехать» от себя невозможно. И если я задумаю сбежать от своей боли и горя, то оно меня догонит и там, за тридевять земель. Только мне будет ещё хуже там, где-то далеко. Потому что я буду чувствовать вину, что оставила Сашу. И Анна улыбнулась, услышав это. И сказала:

— Вот Вы и пришли к этому важному осознанию, что от себя не убежать. И что вы уже признаёте необходимость и неотвратимость того, что Вам придётся пережить эту боль. И сбежать от неё невозможно. Это, в том числе, один из благотворных аспектов этапа «депрессия». Этот тяжелый этап даёт Вам умение и силы принимать неотвратимость этой боли. И способность взглянуть честно на неё и позволить себе ее испытывать, не отрицая ее и не сбегая от неё в страхе.

После меня на приём к Анне пошёл Саша. И он вернулся таким воодушевленным! Он сказал, что благодаря Анне он понял, что он может делиться со мной своими мыслями и чувствами. Что тем самым он не будет нагружать меня или расстраивать, а наоборот, поможет мне, позволив помочь ему.

Вот такая интересная схема помощи. Он позволит помочь ему, чтобы помочь тем самым мне. Я очень была этому рада! Ведь все это время только я делилась с Сашей. Он часто просил меня читать мои ежедневные истории, и тем самым, как он рассказывал, я помогала ему. Ведь он чувствовал то же самое, только не мог выразить эти эмоции.

Саша сказал, что после сеанса с Анной чувствует, как будто его «подзарядили» от розетки. Как будто лёгкий ток проходит по всему телу. Он и правда был такой... сильный, спокойный и уверенный в этот момент. И как будто искрился изнутри. Энергией, светом, любовью. Я чувствовала его спокойную уверенность. И когда он поцеловал меня, я поняла, что все рабочие и серьезные планы на сегодняшний день уже не имеют значения. И совершенно не сомневаясь, мы решили закончить этот день так же, как он начался — на полном позитиве — вместо того, чтобы сесть за работу, мы решили поехать погулять.

Тут Саша сказал, что у него порвалась его сумка, которая мне уже давно не нравилась, и я предложила ему поехать и купить ему новую! Мы собрались и поехали в Торговый Центр в район Парнаса. Первый раз я видела пустую парковку в Мега Парнас! Я даже подумала, что торговый центр закрыт. Но нет, просто все уехали за город на длинные праздничные выходные. И огромный торговый центр практически пустовал! Мы сразу нашли то, что нам обоим очень понравилось! Но вот беда — сумка всего одна, и ее уже держит в руках и собирается купить другая пара. И мы уже собирались уходить, как мужчина, который был уверен на 100% что купит эту вещь, вдруг передумал! И мы совершенно довольные ушли из магазина с обновкой! Я с удовольствием подарила ее Саше. И оказалось, что у нашего дорогого Димки абсолютно такая же сумка! Вот и будут они теперь как два брата-акробата:).

Саша в свою очередь купил для меня целый пакет милых мелочей, которых я набрала в магазинчике оригинальных вещей. А ещё теперь у меня желтый чехол на моем телефоне! Чтобы я больше не забывала его на скамейке в раздевалке спортзала или на чёрном кожаном сиденье машины. Желтый яркий чехол:) любимый цвет Сони. Потом мы пили капучино и ели очень вкусное мороженое! Вернувшись домой, мы ещё немного погуляли в парке.

Вот так прошёл этот прекрасный светлый день. Я сегодня не рыдала без остановки, много улыбалась и радовалась! Спасибо Анне, Саше и Соне за этот чудесный хороший день!

13 июня 2022

День 49. Теплый дом

Сегодня нас пригласили в гости наши друзья. Сегодня Аня с мужем Лешей жарят шашлыки. И мы приехали к ним на пикник!

Они живут в таком красивом месте! Вроде город, но как будто за городом! У Ани и Леши таунхаус — 4-х этажный дом. С лифтом! Видали когда-нибудь квартиры, в которых есть лифт? Вот я сегодня увидела такое чудо!

Через дорогу красивый пруд. Там кувшинки, мама утка и 8 маленьких утят. Чайки и домашние голуби. Я как будто побывала в заповеднике природном. Чайки красивые и не боятся людей. Пролетают так низко, что кажется, можно руку протянуть и дотронуться до гладкого белого пузика:)

Потом мы ели шашлык на веранде и было очень вкусно, душевно и весело. Они добрые и радушные люди. Я люблю Аню. Она настоящая. Она очень добрая и простая. Веселая, щедрая и искренняя. И Лёша у неё очень хороший. Дом у них тёплый и очень уютный.

Потом мы пошли с Аней за ворота, и она нарвала мне огромный букет сирени! Такой сирени я ещё и не видела! И сейчас в комнате стоит волшебный запах!

Лёша сказал, что если найти пятилистник сирени, загадать желание и съесть его, то твое желание обязательно сбудется. Я пока не нашла ни одного. Но я не теряю надежды.

Теплый дом... полный радости и любви...

Когда-то я мечтала, что мы будем жить все вместе в своем доме. Я, Саша и Соня. Потом я узнала о практике реализации намерения и решили опробовать ее в деле. Смысл практики был в том, что нужно было представить себе этот дом в деталях. Даже не просто представить, а «увидеть». Так, если бы ты оказался в будущем, и этот дом уже твой. И тыходишь в него так, как делал это много раз. Привычные, дорогие тебе вещи повсюду. Но вот ты оглядываешь его, и радуешься, что ты теперь действительно обладаешь своей мечтой, вот она, прямо перед тобой.

И я увидела его.

Он был очень красивым. Именно таким, каким я всегда хотела его видеть. Но. Я была там совсем одна... «Почему я там одна? Где Саша и где Соня?!» — пронеслось в моей голове. В этом видении не было веселых праздников с веселым детским смехом... Не было большой дружной компании друзей... Не было семьи и счастливых объятий с родными и близкими людьми... И я поняла, почему эта мечта никак не станет явью. Мое подсознание связывало эту идею с одиночеством. С красивым, тихим одиночеством. И я перестала думать об этом, перестала мечтать о доме. Ведь плата за него была слишком велика. Спустя всего несколько дней погибла Соня...

И теперь, этот страх остаться в этом большом и красивом доме одной, кажется, стал таким реальным. Ведь теперь мы с Сашей остались вдвоем. Нет больше детского смеха, нет больше теплых объятий, нет нашего дома, где мы хотели быть так счастливы втроем.

Но сегодня был такой хороший, такой теплый день.

Когда мы ехали домой от Ани, я сказала Саше: «Нужно построить дом и звать к нам в гости всех наших друзей. Каждый день чтобы приезжали друзья. И мы будем так же здорово вместе смеяться, вспоминать истории из жизни. «Конечно построим!» — ответил Саша.

14 июня 2022

День 50. Субатомные частицы в пузырьковой камере

Людам так интересно что там, далеко за звёздами. Есть ли предел у бесконечно большого? Тайны нашего физического мира простираются не только за пределы нашей Земли и Вселенной.

Точно так же нет пределов и у бесконечно-маленьких частиц.

Маленькая пылинка. Сколько тайн хранит она в себе? А вдруг там тоже целый мир? Но так же, как самый большой в мире телескоп Хабл не способен «увидеть» далекие галактики, так же пока трудно человечеству увидеть то, что прямо перед его носом. Ооочень маленькие частицы. Ни один микроскоп пока не может помочь. Но люди не были бы людьми, если бы не пытались познать тайны мироздания. Упрямые, любопытные мечтатели! Благодаря таким людям мир меняется!

Чарльз Вильсон — настоящий волшебник, как и все великие физики. Он искал. И не сдавался. Он искал доказательства того, что мир в пылинке так же велик и огромен, как и мир за пределами Земной орбиты.

Он создал «пузырьковую камеру», через которую он «стрелял» заряженной частицей. настолько малой, что доказать ее существование, то есть увидеть ее, было невозможно. И она пролетала все такой же незамеченной. Но! Он заметил, что там, где пролетела заряженная частица, образовался след из капелек воды, который можно было сфотографировать.

Пузырьковую камеру назвали в честь ее изобретателя — Камера Вильсона. Конечно, он получил за ее изобретение Нобелевскую премию, и многие исследователи потом использовали этот метод, совершенствовали его и внесли немалый вклад в науку. Бесконечно-малая частица. Я не вижу, значит этого нет?

Призрак. Который оставляет мокрые следы на песке?

И наука в итоге согласилась с тем, что след из пузырьков, который оставляет после себя невидимка — достаточное основание, чтобы считать ее существование доказанным.

Я не вижу. Но это не значит, что этого нет.

И я верю, что она рядом:) В радуге, в солнечном дне, в улыбке любимого человека, в объёме друга, в добрых, любящих глазах напротив, в спонтанном добром поступке, в мечте, которая вдруг становится явью.

Я вижу эти мокрые следы. Я чувствую их.

Мой Жук-Плавунец!

15 июня 2022

День 51. Жить вечно

Когда весной 2019 года началась пандемия, через некоторое время все школы перевели на дистанционное обучение.

Это было трудное время и для детей, и для родителей. Не у всех была возможность заниматься с детьми и по сути, выполнять профессиональный педагогический минимум за учителей.

Нам очень повезло с учителем. Оксана Викторовна, первая учительница Сони, на тот момент учитель 3 «Е» класса, каждый день готовила для своих детей полноценные уроки, презентации, подбирала обучающие интересные видео.

Для меня это время было простым. Мне казалось, для Сони тоже. Лето мы, как всегда, провели у моих родителей, у Сониной бабушки и дедушки, на Чёрном море, в городе Анапа.

По окончании летних каникул Соня осталась ещё на месяц в Анапе. Я надеялась, что к этому времени эпидемия пойдёт на спад.

Чтобы учителям было удобно проверять Сонины домашние работы, а бабушке было проще выкладывать фотографии из Сониных тетрадок каждый день, я создала для Сони и ее удаленной учебы её собственный сайт — sedovasonia.ru

Бабушка каждый день загружала туда готовые домашние работы.

Мне казалось, это удобнее, чем отправлять кучу разных фото по электронке. Так все занятия были в одном месте, на динамическом календаре. Выбрал нужную дату — все домашки на своём месте.

Учителя говорили, что идея хорошая и так действительно удобнее, ведь им каждый день «валились» тонны писем от других родителей. Когда учеба возобновилась в школе и Соня вернулась в Питер, этот сайт стал не актуален.

Но сейчас я планирую его восстановить.

Только вместо домашних заданий я хотела бы выложить на этот сайт все те видео-открытки, которые я сделала для Сони, ее рисунки, ее цифровые фотоальбомы. Презентации для школы, которые я делала для неё, и она очень ими гордилась, потому что они были не обычные, и с юмором.

Все мои иллюстрации, которые пока живут творческими идеями в моей голове, но они обязательно будут созданы в память о ней.

Мне бы хотелось разучить и записать некоторые особо красивые мелодии, которые напоминают мне о Соне. Возможно, и Саша сыграет ее любимые мелодии на гитаре.

P.S. А сегодня я решила, что когда пройдет 170 дней и я напишу свою последнюю историю 12 октября, я выложу то, что у меня получилось на сайте 170days.ru, который я зарегистрировала сегодня. Если у меня получится, я соберу все свои записи в одну книгу и опубликую ее, хотя бы для себя самой. И не обязательно в физическом, бумажном формате. Она может «жить» тоже на этом сайте.

Может ее однажды прочтёт Саша, или моя мама... Или даже другие люди, кто так же, как и мы сейчас, переживают самое тяжелое горе в своей жизни — потерю любимого маленького родного человечка...

Книги, которые я прочитала и продолжаю читать и которые действительно помогли мне. Люди и специалисты, чьи контакты тоже могут быть очень полезны. Я верю, что эти люди точно смогут помочь тем родителям, которые переживают подобное. Все это тоже я выложу на этом сайте в помощь тем, кому это будет особенно важно и полезно.

Память, которая будет жить во мне вечно. И которая, возможно, поможет кому-то ещё?..

16 июня 2022

День 52. Моменты

Несколько недель подряд я занимаюсь фотографиями Сони. Я составляю из них будущие фотоальбомы. Несколько альбомов останутся у нас и один я сделаю в подарок моим родителям — бабушке и дедушке Сони. Так много фотографий... Я выбираю лучшие. Из тысяч моментов. На каждом из них Соня улыбается, смеётся, дурачится. Она счастлива... Она мечтает, она играет, она живет. А я отсчитываю каждый день каждого года ее жизни. От года до 11 лет.

Когда все фото со всех фотоаппаратов и телефонов уже найдены и отсортированы по датам, я ищу случайные фото во всех переписках в мессенджерах.

Зачем я это делаю? Я не знаю. Наверное, я хочу, чтобы ни один момент не пропал, не исчез и не затерялся. Я составляю истории из этих фото, проживая снова и снова эти счастливые моменты. Чтобы в итоге вернуться в реальность, в которой её больше нет. Я плачу, но знаю, что мне нужно сделать это. С каждым днём это даётся мне труднее и труднее. Наверное потому, что я все ближе к 2022 году, когда все закончится.

Январь 2022, февраль... Вот и все.

Нет больше смеха и улыбок.

Больше ничего нет.

Нет, не правда...

Останется память. И наша любовь. А фото... это мгновения нашей радости. Пусть они все живут в красивых альбомах, которые я оформлю с любовью и благодарностью за 11 лет счастья, которые ты подарила нам. Это все что мы можем теперь... помнить и любить. Быть благодарными за то, как сильно ты изменила нас и наши жизни.

Мы очень скучаем, милая.

17 июня 2022

День 53. План

Сегодня поехали в центр города, и как раз Андриан позвонил. Сразу поехали к нему в гости. Ждали все вместе службу доставки. И пока ждали, решили прогуляться, кофе выпить на свежем воздухе. Сидим напротив его дома, на лавочке, пьем кофе. И тут Андриан спрашивает меня:

— Ну что, ты узнавала о вступительных экзаменах в СПбГУ?

Я аж опешила... Месяца 2 назад я спрашивала его куда, по его мнению, лучше учиться пойти на психолога. Спросила, да и забыла. Ну какое мне сейчас, думаю, обучение. В таком-то состоянии. А потом он сам мне при нашей следующей встрече рассказал, что много у кого спрашивал, и все как один его врачи знакомые ответили, что лучше, чем в СПбГУ быть не может. Я тогда тоже удивилась, надо же, он все узнал. Спасибо ему, только вот... не могу я решиться сейчас на такое... почему?.. не знаю...

И вот сегодня опять он меня об этом спросил. Я проямлила что-то в ответ:

— ...Нет, не узнавала... нет, не звонила...

— Почему? Иди в СПбГУ учиться на второе высшее на психолога клинического. Только подготовиться надо, там вступительные экзамены надо будет сдавать. Школьную программу. ЕГЭ. — не обращая внимания на мое неуверенное лепетание, рассказывает мне Андриан.

«Ну вот... Мне вот на старости лет придется к экзаменам готовиться», — думаю про себя.

— Странное, говорю, дело, я, и вдруг психолог. Какой же я теперь психолог... С таким-то анамнезом!

Но Андриан... он такой... честный. Я ему доверяю. Он никогда не станет что-то говорить, чтобы тебе приятно сделать. Наоборот, чаще скажет: «Не твори всякую херню!»

А тут прям стал настаивать. Говорит:

— Это такой тяжелый, уникальный опыт. Ты многим сможешь помочь в такой же ситуации. Голова у тебя светлая, терпение выше крыши, и в людях разбираешься. Это твое!

Прям удивил меня этим... Сижу, открыв рот, слушаю его. Ушам не верю, что он мне это на полном серьезе говорит. Я и не знала, что он обо мне так хорошо думает!

Может и прав он, думаю, в конце концов, я с детства мечтала психологом настоящим, хорошим стать. И не решилась. А потом Инстаграмных диванных психоте-

рапевтов с «дипломами» развелось, и профессия психолог стала именем нарицательным:

— Ты чем занимаешься?

— А, не знаю... что-то все не могу себя ни в чем найти... и не хочу ничего...

— А что делать любишь?

— Ну, поговорить люблю, о жизни с подругами люблю поболтать!

— Ну так стань психологом! Сейчас это так модно! Будешь тренинги и семинары проводить, всего пару месяцев — и диплом на руках!

Ну как-то так к психологии стало теперь отношение в массах.

Но как познакомилась с Анной, психологом, к которому мы с Сашей ходим, поняла, что это и правда помощь. Только хороший психолог лечит не тело, а душу.

Но учеба? В Универе... И еще и ЕГЭ... сейчас?... да ещё и в СПбГУ... это серьезно.

Нет, это не то, чтобы план... Все мои цели и планы рассыпались, когда Сони не стало. Все стало не важно. Было трудно и не понятно, зачем жить? И почему должно быть так больно каждый день? И когда же это все закончится?... И я говорила себе каждый день: надо жить для Саши. Делать все что он попросит, поддерживать его, заботится о нем, как получится. Вот и весь план был.

— Ну кому я могу помочь? Я себе не могу помочь! — говорю Андриану.

А он мне:

— Вот и себе поможешь, разберёшься сначала сама. А потом может и другим сможешь помочь!

Я ему говорю:

— Вот ты бы пришёл к такому психологу? Который убил своего ребёнка?

— Да.

— Как это, да? — не ожидала я такого ответа.

— То, что ты считаешь, что ты ее убила — это в твоей голове. Возможно, ты где-то и ошиблась...

— Много-много раз! — я не даю договорить ему.

— Возможно много раз. Но теперь ты сможешь это использовать, чтобы не повторить ошибку и предостеречь от этого других родителей. А поможет тебе в этом профессиональное, хорошее профильное образование.

Он так уверенно мне это говорил. Он был уверен во мне больше, чем я сама в себе.

И в памяти всплыло сразу «предсказание» недавнее.

Позавчера, когда мы гуляли по Торговому Центру в Мега Парнасе, мы зашли в один магазин... Я любила в нем раньше бывать. Всегда покупала там милые забавные сувениры для Сони. Моді называется. Там такие вещи душевные. Канцелярия необычная, подарки веселые.

И я вдруг снова захотела зайти туда. И увидела там стеклянные сувенирные бутылочки с наполнителем из мелкого стекла. Разных цветов. И в каждом маленькая бумажка свёрнута трубочкой: «Баночка с предсказанием» — было написано на упаковке. И я взяла одну. Я всегда выбирала чёрный цвет. Даже во время игр настольных я всегда брала чёрную фишку. Соня спрашивала: «Мама, почему ты выбираешь чёрный всегда?» А я ей отвечала: «По цвету души выбираю». И она смеялась, думала, что я шучу.

Однажды Соня мне принесла камешек с пляжа. Гладкий, красивый. Чёрный. Говорит: «Смотри, мамочка, я нашла для тебя чёрный камушек. Твой любимый цвет!» Этот камушек теперь со мной всегда.

Так вот взяла я колбочку эту с чёрным стеклом и предсказанием. Привезла ее домой, открыла пробковую крышечку и прочитала послание. А там написано: «Слушай внимательно каждого! Вдохновение придёт неожиданно!»

Может и правда надо послушать Андриана? Он фигню не посоветует:) Завтра позвоню в приемную комиссию и все узнаю.

18 июня 2022

День 54. Доброта и сила

Может ли быть доброта без силы? И наоборот, сила без доброты?

Я не о силачах-богатырях, ни о чиновниках со связями, не про власть и оружие. Я имею ввиду внутреннюю силу. Ту, про которую говорят «характер», «воля», «внутренний стержень». Ещё это может означать принципы. То, во что ты веришь и никогда не предашь это. То, за что ты готов сражаться. То, ради чего ты живешь.

Ради чего ты живешь?

Если в тебе есть уверенность, есть воля, есть цель. Если тебе дано здоровье, таланты и способности. Ты можешь, и ты хочешь добиваться своего. И ты добиваешься. Достигаешь.

Чего ты достигаешь? Зачем ты это делаешь? Зачем ты просыпаешься каждый день и потом, уставший и довольный от проделанной работы засыпаешь, чтобы завтра продолжить начатое?

Что будет дальше, когда ты достигнешь своего? Куда ты пойдёшь дальше?

Вот тут тебе и нужна доброта. Если этого нет, то ты — как уверенный странник без карты и компаса. Уверенно идёшь. Но куда?

Где ты окажешься, не имея компаса? Не имея совести. Не имея сострадания. Без доброты любая сила превращается в террор.

А бывает ли доброта без силы?

На ум приходят истории о Ганди, Иисусе и Будде. Эти великие люди принесли в жертву свои жизни. Обладали они добротой? Несомненно. Обладали они силой? Да. Именно поэтому миллионы людей пошли за ними. И продолжают путь милосердия по сей день во имя этих великих личностей и их идеалов.

Как выглядит добрый, но слабый человек? И возможно ли такое в природе? Разве настоящая доброта не таит в себе скрытую силу?

Я не могу найти для себя ответ. Мне этого не понять. Просто потому, что я из той категории людей, у кого есть сила, но нет доброты.

Сможет ли добрый, но слабый духом человек защитить себя и свою семью от насилия и несправедливости? Возьмёт ли на себя ответственность за совершенную ошибку? Примет ли сложное решение в трудный момент? Не испугается ли давления и стресса извне? Поставит ли интересы близкого выше своих слабостей и страхов? Сможет ли преодолеть трудности ради близкого человека?

О чем слова Иисуса, что нужно подставить обидчику левую щеку? Разве это о слабости? Разве добрый человек подставит вторую щеку от страха, зависимости и жалости к себе? Или потому, что хочет угодить? Или потому, что боится обидчика? Или потому, что боится остаться один?

Наоборот, он настолько сильный, что дает еще один шанс. Снова и снова. Не из слабости, не из зависимости, не из страха. Это не о слабости. Это снова о силе. Его сила в вере. Вера в близкого — он не предаст. Вера в себя — если предаст, я приму это и прощу. И я не буду жалеть, сомневаться и бояться предательства. Эта сильная доброта. Смелая. Терпеливая. Несокрушимая. Независимая.

Почему я об этом думаю?

Мы с Сашей — доброта и сила. В нем доброта. Во мне сила. Вместе мы дополняли друг друга. Я училась у него доброте. Он у меня силе.

Я не очень преуспела, к сожалению. Товарищ Сталин жил во мне и особенно торжествовал в минуты слабости близких. Я знала, что таких людей как я, жестоких и злых, гораздо больше, чем таких как Саша и Соня. Добрых и терпеливых, но, к сожалению, не способных защитить себя. Не способных увидеть это зло и осознать необходимость отойти в сторону от такого человека. А иногда и дать сдачи.

И мне очень хотелось укрепить Сонин характер. Мне хотелось, чтобы в ней зародилась и окрепла ее сила. Но я не учла, что я не способна научить этому. Так как сама я не обладаю добротой. И вместо сильной доброты от меня исходит истеричный страх и уничижающий террор. Критика. Жестокая и беспощадная критика маленького невинного человека. Который полностью доверяет тебе и любит безусловно. Это как ударить маленького щенка, который голоден и просит поесть. Это уродливо. Подло. Мерзко.

Я критиковала, а в Саше не было силы, чтобы это остановить. В нем не было силы, чтобы порой защитить себя от меня, когда эта критика предназначалась ему. Он не мог показать Соне пример противостояния. Поэтому она не имела представления о том, как это делается.

Когда я была ребёнком, я почему-то отчетливо понимала, что в отношениях с моей мамой я — жертва. Я маленькая, а она большая. И это неправильно — кричать, обижать и бить своего ребёнка. Но я не боялась ее. Я не уважала ее. Потому что в ней было много страхов и злости. И я совсем не чувствовала в ней любви. Ни ко мне, ни к папе. И скорей всего, этой любви у нее не было и к себе самой. Она боялась остаться одна, но совершенно не умела быть любящей и мудрой. У неё просто отсутствовали эти опции. Поэтому меня не особо беспокоили ее чувства. Она не любила меня. И я это знала. Чувствовала. И эта мысль не давала мне опустить руки, впасть в уныние. Я понимала, где опасность. И я понимала, что мне нужно выживать. Терпеть. Но однажды я смогу вырваться. И я дождалась этой минуты, чтобы ни на минуту не задержаться в родном доме.

Сейчас я понимаю, что ей было трудно. Очень трудно. Ведь у меня тяжелый характер. Как будто с самого рождения. Кто-то, как я, уже рождается монстром. И не даёт спать по ночам с момента рождения. А став постарше, упрямо, из принципа, стоит в углу полночи, не желая выполнять какое-то требование. Неуправляемая. Упёртая. Ёж. Так она меня иногда звала.

А кто-то, как Соня, рождается ангелом и не беспокоит ни плачем в возрасте младенца, не жалобами и требованиями в возрасте подростка. У неё всегда было «все нормально». Она улыбалась и старалась рассмешить всех нас. А что происходило на самом деле в ее чудной головке? Мы так и не узнаем...

Я верю в то, что, если в человеке есть и сила и доброта — это как вектор, у которого есть направление. Стрела, которая летит точно в цель. И спасает жизнь. Я не верю в доброту без силы. И не понимаю, как это возможно.

Раньше я бы сказала: «Доброта без силы — это иллюзия. Это скрытый страх одиночества, слабость, зависимость и жадность». Я называла таких людей «добренькими». Я была уверена, что такие люди живут ради признания и чувства, что они кому-то нужны. Они цепляются за безразличных людей, чтобы не признавать, что просто так, такие какие они есть, без своих услуг и мнимой услужливой заботы они просто никому не нужны. Эти люди вызывали во мне жалость и презрение.

Но когда я вспоминаю Сою, я понимаю, что она не была жалкой. Она была терпеливой. Она умела прощать. Она умела любить безусловно. Что бы я не сделала ей плохого, она любила меня. И я это чувствовала. Это доброта, которая побеждала силу! Сколько во мне было злости. Но она покорялась этой безусловной доброте. Как мне жаль, что в итоге моя злая сила победила ее терпеливую доброту. Вот что бывает, когда сила без доброты сталкивается с добротой без силы. Сильный убивает. А добрый не может защитить и спасти себя.

Теперь с этим и жить. Жить и знать, что сила, которой ты так гордился, та, что двигала тебя всю твою жизнь, не свернула горы. Не сделала тебя героем. Потому что в ней не было главного. Доброты.

У Limp Bizkit есть очень красивая, но грустная песня «Behind Blue eyes»:

No one knows what it's like
To be the bad man
To be the sad man
Behind blue eyes
And no one knows
What it's like to be hated
To be fated to telling only lies..
Никто не знает, каково быть таким
Человеком плохим,
Человеком пустым,
За синевой чудесных глаз...
Никто не знает, каково быть таким,
Всем людям ненавистным,
Быть обреченным и только врать...

19 июня 2022

День 55. Такой день

Сегодня я проснулась в 5 утра. Поспала всего часа три.

Вчера я доделывала альбом с фотографиями Сони. И закончила во втором часу ночи. Потом ещё долго плакала.

Впереди ещё подготовка фото для альбома в подарок для бабушки. И для альбома нашей жизни «после». Но то, что я уже сделала — это была самая трудная работа. Потому что это вся наша жизнь за 11 лет и 141 день. От первого года жизни, до последнего.

За время работы над этим альбомом я посмотрела сотни ее фотографий, перечитала заново все наши переписки. Последние кадры ее жизни. Последние шутки и последние «Я тебя люблю». Все закончилось.

Теперь я чувствую такую пустоту внутри. Тяжело.

С утра пришёл Саша. Я была уставшая и растерянная. Все, о чем я могла думать, это о том, что я закончила. Я думала, что испытаю хотя бы немного спокойствия и удовлетворения от того, что такая важная и трудная работа подошла к концу. Но этих чувств не было.

Что же я чувствовала? Растерянность? Сожаление? Грусть?

Я пыталась поговорить об этом с Сашей. Но он был занят. И хоть и уверял, что слушает меня, глядя в телефон, я не решилась отвлекать его и обсуждать это. Я и сама не понимала, что сказать. Потом Саша попросил кое-что сделать по работе. Слушая его сбивчивые объяснения о том, что от меня требуется, я приготовилась морально к нескольким дням нудной и трудоемкой работы. От этого мне стало ещё тяжелее. Мы даже повздорили из-за этого.

Обычно суббота — самый светлый день в неделе. Потому что я встречаюсь с Анной. И я всегда так рада ее видеть! А сегодня... сегодня я не хотела ехать. Было физически тяжело ходить и казалось, даже дышать.

Когда я пришла в назначенное время и села напротив Анны, я просто не знала о чем говорить. Я сначала молчала и плакала. Потом Анна стала спрашивать меня о чем-то, и я стала отвечать и плакать ещё больше.

Бессилие, чувство вины и пустота. Сегодня все это — я.

Бывают разные дни. Сегодня такой день.

После меня на приём к Анне пошёл Саша. Я подождала его в кафе. А потом он предложил поехать за город, перекусить и погулять. С той трудоёмкой и не приятной работой, о которой он просил меня, он справился сам. А я сегодня буду отдыхать. Я обещала Анне, что сегодня я не стану работать.

Погода сегодня пасмурная, такие сильные порывы ветра. «Как же я буду справляться?» — подумала я. Потом посмотрела на небо. И увидела, как птицы парят, когда очередной сильный порыв клонит деревья. Птица не пытается лететь против ветра. Она просто парит. Ветер то поднимает, то опускает ее, как будто направляет. И птица покорно позволяет этой силе нести себя. Может быть в трудный час нужно поступать так же? Отпустить контроль, смириться и просто позволить этому происходить?..

Мы ели суши, гуляли по лесу, потом была пицца. Мы много говорили. И посмотрели любимый фильм дома. Мы просто были. Вместе. Вот так прошёл этот день. Сегодня просто такой день... Завтра будет лучше.

20 июня 2022

День 56. Я сплю

Иногда мне кажется, что жизнь как будто не реальна. Как будто я сплю. И вот-вот проснусь. А сон все не кончается. Я ложусь спать и хочу заснуть и вернуться в реальность. Или вернуться домой. Или, наоборот, не вернуться сюда...

Так близко подойти к смерти, увидеть ее своими глазами и узнать о том, что будет после. А после так много горя... Оказывается, смерть не приходит и уходит. Она остаётся, и ты помнишь о ней и видишь плоды ее трудов каждый день. Как земля после войны. Все выжжено. Нет ничего.

Я перестала видеть сны.

Раньше я проживала маленькие жизни во сне. Яркие, осмысленные образы, метафорические истории. Все это давало мне повод и возможность чувствовать, а не только думать. «Живу головой» — так я всегда говорила о себе. Но что-то ведь есть кроме логики. Интуиция. Предчувствие. Метафизика. Волшебство и мистика. Мое подсознание не раз удивляло меня глубокими необычными посланиями с той, другой стороны. Иногда мне казалось, что я видела во сне одну из своих прошлых жизней. Иногда я видела серьезное предупреждение об опасности. Иногда сон подсказывал мне об ошибке. Сейчас мое подсознание как будто уснуло.

Мое сознание в панике, или так же спит. Я «сплю» днём, когда делаю какие-то дела на автомате, я «сплю» ночью, когда во время сна не вижу и не чувствую больше ничего. Это очень странно... Как будто сделали укол, который обезболит пораненное место, и ты до сих пор не чувствуешь там ничего.

Каждый день я готовлюсь к нашему прощанию. Я создаю свои, только мне понятные и важные памятные вещи. Я вкладываю в это душу и сердце. Это — единственное, что для меня сейчас важно. И единственное, что даёт мне возможность хоть чего-то хотеть и хоть что-то чувствовать в процессе творчества. И ещё, я чувствую радость, когда я вижу готовый результат. Ненадолго... но чувствую. Мне посчастливилось найти столько хороших мастеров, благодаря которым этот день станет очень красивым и особенным.

Это будет очень особенный день. Но что будет дальше, когда этот день закончится?..

21 июня 2022

День 57. С Добрым утром, папа!

Саша теперь рассказывает мне о своих особенных моментах.

Например, однажды он проснулся в 4 утра. Он посмотрел в окно и увидел, что небо затянуто тучами. Идёт дождь.

Сначала он расстроился. Но потом вспомнил, что любит гулять под дождем. Потому что дождь смывает грехи. Он собрался, и тихо вышел. Когда он открыл дверь подъезда, на его лицо сразу упал луч солнца. И дождя как не бывало... Он удивился и обрадовался солнцу: «Спасибо!».

И вот Саша уже на автостоянке. Готов ехать на автозаправку за утренней порцией кофе. Он садится в машину... и видит... радугу! Прекрасную радугу! «С Добрым утром, папочка!» — «С Добрым утром, Бусинка!»

Он смотрит на радугу не отрываясь. Доезжает до выезда со стоянки. Всего полминуты. И радуга гаснет... Всего несколько секунд. Ради которых стоило проснуться в 4 утра. Чтобы почувствовать, что ты рядом.

Спасибо, что ты с папой и поддерживаешь его!

22 июня 2022

День 58. Мой воздух

Наша поездка в Анапу отложилась практически на месяц. Мы давно должны были быть там, с моими родителями. Но мои приготовления не отпускают меня. Я чувствую, что для меня это очень важно. И благодарна, что моя мама и Саша не подгоняют меня. Сам процесс этого творчества и поиска идеальных памятных вещей, сделанных хорошими мастерами на заказ — для меня все это тоже часть процесса отпуска и смирения.

Я бы хотела чувствовать ярче. Понимать. Знать наверняка. Но это невозможно... У меня нет связи с той стороной. Мое подсознание как будто спит. И как его разбудить, я пока не знаю. Может когда я остановлюсь, когда уже не будет сроков, мыслей о том, чтобы сделать все идеально, или по-другому, тогда мое подсознание и проснётся? Сейчас у меня нет никакой другой цели, кроме подготовки и в перерывах помощи Саше в работе.

Если бы не творчество, посвящённое Соне, я бы не смогла даже работать. Это как воздух, которым я дышу, а когда нужно сделать что-то по работе, то набираю в легкие его побольше и опускаюсь под воду, чтобы полностью его использовать. И снова поскорее подняться на поверхность.

Когда этого не происходит, то я чувствую буквально панику, и вот тогда я впадаю в тяжёлую депрессию, как это бывало перед походом к Анне в последний раз или когда мы поехали с Сашей в лесной посёлок на берегу залива.

Мой воздух. Дышу тобой. А ты... дыши через меня...

23 июня 2022

День 59. Выход из лабиринта

*«Все, что нас окружает,
Все, чего мы не знаем,
Все, чего мы не можем коснуться,
Все, чего не замечаем,
Воздействует на нас стремительно, внезапно и необъяснимо.»*
Ги де Мопассан

Я стараюсь в перерывах успевать читать. Не самые обычные книги. Например, последняя книга, которую я прочитала, была о том, как общаться со своим подсознанием. Я прочитала ее и попробовала сама. Но у меня ничего не получилось. Я не видела никаких образов. Только внутренняя тишина, или пустота?.. Теперь я начала читать книгу о самогипнозе. Наверное, это что-то типа глубокой медитации?.. Пока ещё я не поняла. Я только начала ее читать.

Это всегда было для меня удовольствием — учиться. Не умею, но хочу научиться! Не вопрос! Сейчас найду хорошую книгу/курсы/мастер-класс и научусь! Но тут так не работает. Вот совсем не работает. Мозги тут не причём. Терпение. Вера. Настойчивость, наверное, это все мне пригодится. Но в итоге, совсем не обязательно, что у меня что-то получится! Но я продолжаю пробовать, не теряю надежды!

И пока я думала о вспомогательных способах пробуждения и общения с моим подсознанием, я вспомнила, что у меня есть несколько совершенно разных вариантов метафорических карт. От авторских карт, наполненных иллюстрациями с особенным смыслом, до очень известных колод от признанных специалистов в этой области.

Раньше метафорические карты считались частью какой-то эзотерической культуры. «Шарлатанам— психологам» приписывали эти не классические методы работы. Сейчас этот вполне научный метод используют даже классические психологи, чтобы помочь выяснить причины фобий, психологических блоков. Всего того, что скрыто так глубоко, чего человек порой даже сам не понимает. В чем его проблема и что на самом деле его беспокоит? Откуда начинать? Где эта ниточка, взявшись за которую, ты найдешь выход из лабиринта? Раньше у меня очень хорошо получалось с помощью метафорических карт помогать другим людям разобраться в самих себе. Но я никогда не использовала их для проработки своих задач и проблем. Мне всегда казалось, что я и так себя прекрасно знаю и понимаю. Но не теперь...

Возможно, пришло время для этого?

Может это поможет мне в понимании самой себя? Пока я пишу свои истории, мне в голову приходят образы. Картинки. Иллюстрации. Наброски. Возможно, такое визуальное творческое сопровождение в моих мыслях возникает потому, что сейчас я много занята иллюстрацией для авторских шкатулок, сундучков и фото-боксов, изготовление которых я заказала у мастера.

Большую часть времени мое подсознание закрыто. Но оно пробуждается на тот короткий миг, когда я занята творчеством! Ведь когда я пишу свои истории, это тоже творчество. А что, если проиллюстрировать некоторые истории? Что если я

смогу создать свои метафорические карты? И они помогут мне понять себя в процессе их создания и осмысления того, что происходит во мне?

Я ищу свой выход из этого лабиринта. И верю, что найду его.

24 июня 2022

День 60. Святая Софья

В прошлый раз на приеме у Анны я очень много плакала. Я не могла остановиться. Я или молчала или плакала. А если и отвечала на вопросы Анны, потом снова плакала. И так продолжалось больше часа. А потом меня как будто что-то ослепило. И я остановилась. Я стала приглядываться, что же это такое яркое ослепляет? И я увидела уголок, который буквально светится из сумки Анны! Это была иконка! Я была так удивлена, увидев ее, что даже забыла, о чем говорила и о чем плакала. Я перестала плакать. И смотрела на иконку. Анна заметила это.

— Это иконка?.. — решила спросить я

— Да, это святая Анна. Мне ее подарила моя бабушка. Я никогда не видела ее, и это единственное, что осталось у меня после неё.

Мне удивил тот факт, что Анна, человек, который не придерживается каких-то религиозных убеждений, и человек такой вдумчивый, психолог по образованию, носит в своей сумочке иконку...

Анна это поняла и как будто ответила на мой немой вопрос:

— Я совсем не религиозна и не хожу в церковь. Но почему-то эта иконка всегда со мной. Уже много лет...

Услышав это от Анны, мне показалось, что это так правильно, так естественно...

На протяжении всей недели я не думала об этом. Но сегодня я вдруг вспомнила об этом моменте. Я стала думать о святой Софье. Мне стало интересно, кто же была такая — святая Софья. И я прочитала о ней. И оказалось, что Софья имела трёх прекрасных дочерей. И их звали Вера, Надежда и Любовь. Они были очень добрыми, и их вера была очень сильна. Девочек жестоко убил царь Адриан, который подвергал гонениям всех верующих людей. И их матери, Софье, пришлось смиренно проститься с любимыми дочерьми. И я подумала, что, если однажды, я, совершенно случайно захочу зайти в какую-то красивую церковь, и совершенно случайно увижу там иконку святой Софьи? И тогда, я обязательно куплю ее! А потом я подумала: а зачем ждать какого-то особенно дня и особенного случая? Можно ведь найти то, что придётся мне по сердцу прямо сейчас!

И, недолго думая, я зашла в такое уже для себя обычное приложение Ярмарки Мастеров. И ввела в строку поиска запрос «Иконка Святая Софья». И в итоге я получила всего 3-5 вариантов со святой Софьей. Все они мне очень понравились. Я была удивлена, какую красоту создают искусные мастера своего дела! Сколько труда, сколько души вкладывают они в свои работы.

В итоге мне повезло найти мастера, который делает очень красивые иконки ручной работы. Она рисует очень красивые, душевные образы святых на липовых дощечках, которая может поместиться в ладони. Оказывается, такая иконка называется «дорожная», потому что ее можно брать с собой всегда, куда бы ты не пошел.

25 июня 2022

День 61. Сама по себе

Сегодня мы два раза успели поссориться с Сашей... Наверное, просто устали. Устали от боли внутри нас. Может мы устали друг от друга?

Первый раз мы поссорились так. С самого утра.

Я хотела рассказать об Анне и ее иконке. Про святую Софью, про то, кем она была. Про мастера, который делает рукописные иконки святых размером с ладошку.

Я уже собралась рассказать обо всем этом, и Саша уже принёс мне кофе, как и всегда. Как вдруг я случайно задела свою бутылку с водой. И как часто это бывает, как будто в замедленной съемке, я вижу, как эта бутылка падает и вот-вот зальёт все вокруг водой! Я подпрыгиваю, чтобы успеть ее схватить, но от этого резкого движения вместе со мной подпрыгивает в руке и чашка с горячим кофе... кофе разливается мне на ноги и на наш диван! О, наш прекрасный диван! Который мы берегли как зеницу Ока! И как беспощадно я ругала Соню за малейший намёк на пятнышко... И вот, в одно мгновение я разливаю чёрный кофе на него! Скорей-скорей вытирать!

Закончив с вытиранием дивана, я снова возвращаюсь к своей идее рассказать вчерашнюю историю с религиозным смыслом. Разлитая вода и кофе на диване — наверное, я просто не услышала предупреждающего «знака», что лучше отложить эти рассказы на потом. Ведь я чувствовала, что это была плохая идея. И интуиция меня не подвела.

Услышав слово «икона», Саша высказался однозначно:

— Меня пугают иконы!

- Как это, пугают?
- Вот так! Если ты купишь икону, я буду против!
- И что будет, если я куплю икону?..
- Я не буду заходить в эту комнату!
- Да?.. Ну что ж, пошла выбирать икону побогаче!
- Ах так?! Делай что хочешь!

И Саша ушёл, громко хлопнув дверь.

Он вскоре вернулся и тогда уже мы поговорили спокойно. Он сожалел о нашей ссоре. Это было и правда странно... поссорится из-за маленькой рукописной иконки, размером 4-5 см, которая будет со мной в сумочке, и никто ее не будет видеть кроме меня. Вероятно, он представил дубовый иконостас с тяжелой золотой иконой и свечами повсюду.

Мы помирились сразу и решили пойти погулять. И вот уже собираясь выйти из дома, как я заметила, что Сашины новые льняные брюки нужно подшить. Я и так это знала, но отложила это до «лучших времён». Брюки уже слегка протерлись в самом низу, хотя Саша их надевал всего раз. Я спросила: «Может не стоит их надевать? Их бы надо подшить...» и тут Саша снова почему-то взорвался:

— Ну а что мне надеть?! Мне нечего носить!

— Но если ты в них ещё раз пройдёшься, появятся дырки, и я тогда уже не смогу их подшить...

— Ну хочешь, я их подверну, вот так!

И в этот момент я посмотрела на эти завёрнутые как у клоуна штаны и почему-то мне сразу расхотелось идти гулять. Вместе. И тогда я надела сандалии, а Саша вдогонку спросил: «Ну и куда ты собралась?! Что, вот так просто уйдёшь?!» и тогда уже я вспылила: «Ну а что я тебе на это могу сказать? Тебе так хочется идти вот так, ну так иди! Ничего что потом эти штаны придётся просто выкинуть! Ничего страшного, это просто вещь! По одной на каждую прогулку. И кого ты наказываешь этим? Меня? Назло маме отморожу уши! Вот что ты делаешь!» И я ушла. Одна.

Я шла и думала, какая глупость... Поссорится из-за штанов... и ещё про то, что мы очень устали. Оба устали. И малейшая ерунда воспаляет нас как зажжённая спичка возле бака с бензином.

Я шла и думала, что не хочу больше. И не могу так больше.

Я не слышу Соню, не чувствую ничего. Я устала. Я не понимаю зачем все это. Я не знаю зачем я просыпаюсь каждый день. И уж точно не для того, чтобы ругаться из-за штанов. А может быть пора подвести итоги? Мы приближаемся к окончанию большого, сложного и важного этапа в нашей общей жизни. А что, если нам больше не нужно так стараться? Ведь того общего, что связывало нас многие годы уже нет?

Мы так старались. Что если в этом больше нет необходимости?

Потом мне стало очень грустно от этих мыслей... грустно и обидно... неужели все оказалось зря?.. Как бы мы не пытались, все равно все закончилось плохо... И будет, наверное, ещё хуже?.. Раньше мы ссорились, может быть, раз в 2-3 месяца. А теперь это произошло уже два раза за один день. Причём ещё до обеда...

Может просто оставить это? Может просто бросить это все?

И потом мне пришла в голову злая мысль: «Ведь тебе все равно, будем мы вместе или нет, так? Ты ведь не думала обо мне или о нас с папой, когда сделала это?!» Злой вопрос, заданный воттак вдруг Сониной душе. Уже через секунду мне стало стыдно. И как будто в ответ на этот вопрос пришла другая мысль: «Думала. И хотела спасти вас от проблем и от себя». Я решила дойти до воды, сесть на скамейку и там решить, что же мне делать дальше.

Пока я шла, я чувствовала, что мне нравится идти вот так одной. Чувствовала ли я себя одиноко? Нет. Я была сама по себе. Я была наедине сама с собой. И мне это нравилось. Я все время провожу дома. А если выхожу из дома, то только с Сашей. А сейчас я была сама по себе.

Я дошла до скамейки, села и смотрела на воду. На чаек. На людей и детей, проходивших мимо. Но я ничего не чувствовала. Ни одной светлой мысли. Полнейшая пустота... потом я даже подумала: «Ну что, совсем ничего? Никакого знака? Может хоть чайка сверху на меня капнет?»

И тут позвонил Саша. Я ответила. А он сбивчиво начал объяснять, что все напутал и нам срочно, прямо сейчас нужно ехать к Анне, нашему психологу. Оказывается, Анна назначила приём на пятницу, а не как обычно, в субботу. И мы поехали в Анне. В итоге Саша очень опоздал на свой прием, но он сказал, что все равно успел многое обсудить с Анной.

Я отправилась на приём сразу после Саши. И мы снова много говорили. И Анна снова очень помогла мне. Пока мы разговаривали, мне приходили очень важные мысли. Это было так радостно, как будто я снова услышала Соню. Эта внезапная поездка к Анне — я и не догадывалась, что мне была так нужна встреча с ней. Помощь, которая пришла так неожиданно, но так вовремя. И теперь я снова могу писать.

Это был очень хороший день! Без ссор не бывает примирения. И без слез не бывает улыбок.

26 июня 2022

День 62. Мой ангел-хранитель

После того, как я вчера побывала у Анны, многие важные вещи стали как будто видны четко. Может я их понимала где-то в глубине души, но не могла сама себе в этом признаться.

Например, то, что я боюсь этого дня.

Дня, когда мы попрощаемся с Соней и отпустим ее. Она станет морем. А море... море впадает в океан. А океан... он омывает весь мир. А когда жарко, океан становится облаками. А потом выпадает дождем. Тем самым, который смывает грехи. Наверное, после того как Соня станет морем, я буду любить дождь...

Или то, что я почувствовала необходимость получить образ святой Софьи потому, что последнее время перестала слышать свою Соню. И я боюсь, что теряю ее. И святая Софья — это как проводник, способный связать два мира. И когда этот проводник окажется у меня, я смогу попросить святую Софью о том, чтобы она позаботилась о моей Соне там, наверху.

Узнав историю об иконке и желании иметь свой образ святой Софьи, Анна спросила меня:

— Что в этом образе, в этой иконе святой Софьи будет для Вас? Что это будет означать для Вас?

Это был очень хороший вопрос и мне даже казалось, что я знаю на него ответ... Но в тот момент, когда я стала говорить, я и Анна, мы обе поняли, что я говорю не осознанно... Что я сама не понимаю почему для мне это так важно и зачем мне это нужно.

Я рассказала Анне о том, что иногда я думаю, что моя доченька, моя Соня родилась на Земле и жила как Ангел. А потом, она почувствовала, что тут ей очень трудно и пора вернуться домой. К таким же ангелам как она. А что, если святая Софья — это как прообраз этого Ангела?

Послушав мои сбивчивые объяснения, Анна пришла мне на помощь:

— Хотите я Вам расскажу, о том, как попала ко мне моя икона святой Анны?

— Конечно!

И Анна рассказала мне о своей прабабушке. Об ее особенном подарке и о том, что эта икона напоминает ей бабушку. И о том, что через эту иконку Анна может поговорить со святой Анной о своей бабушке...

Поговорить... со святой...

И тут я поняла, почему для меня так важна эта иконка!

— Я перестала ее слышать! И мне от этого очень грустно! Я тоже хочу поговорить. Поговорить и услышать ее!

Анна не сразу поняла, о чем я... И я поспешила объяснить:

— Понимаете, Анна, раньше я слышала Сою часто. Не в прямом смысле, конечно. Она появлялась в светлых мыслях, в радуге. В ежике в лесу. В неожиданном появлении старых друзей спустя много-много лет. А сейчас я совсем не слышу ее... И я, может быть, просто надеюсь, что образ святой Софьи поможет мне снова услышать ее?

И тогда Анна спросила меня:

— Как Вы думаете, на каком этапе горя Вы сейчас находитесь?

Это был тоже очень хороший вопрос... Как и все вопросы, которые на наших встречах задаёт мне Анна. Я поразмыслила немного и ответила:

— Это странно. Но мне раньше казалось, что это последовательный, линейный процесс. Я думала это будет так: сначала мне очень плохо, я в шоке, потом я перехожу на новую стадию. Вот я закрепляюсь на этой стадии. Вот перехожу на следующую. Но это оказалось не так. Это не линейный, а какой-то... дискретный, прерывистый процесс. Ещё недавно мне казалось, что я в депрессии. И казалось бы, дальше должно следовать принятие?... Но тут я понимаю, что на самом деле я сейчас в гневе, а то и на стадии торга или отказа. То есть в самом начале пути! И впереди оказывается много месяцев или даже лет боли!

— Нет, станет легче. Вот увидите, станет легче. И вы найдёте смысл в этой новой жизни — попыталась успокоить меня Анна.

— Я не могу поверить в это. Я всегда очень легко находила цели. Достигала. Ставила новые. А теперь все это стало мне безразлично. Не важно.

— Поверьте, Ольга. Ваша цель сама найдёт Вас... Но для этого вы должны пройти этот важный и такой необходимый процесс отпуская и прощая.

И я прохожу его. И я стараюсь быть сильной. И верить. И быть готовой услышать. Может быть святой ангел по имени Сося будет оберегать нас там, на небе?

Напоследок Анна предупредила меня, что в день Прощания и сразу после него может стать очень трудно. И она будет рада помочь мне и Саше. И мы могли бы проводить сеансы помощи онлайн. Я удивилась... ведь я знала, что Анна как раз эти 2 месяца будет в отпуске. Но Анна уверила меня, что она искренне предлагает свою помощь.

— Знаете... ведь в жизни действительно работает принцип бумеранга.

— Как это? — спросила я.

— Вы ведь, наверное, замечали, когда ты делаешь доброе дело, оно потом возвращается к тебе бумерангом? Когда я помогаю кому-то, со мной происходят потом очень хорошие вещи. Вы учите меня так же, как я Вас. Это обоюдный процесс обмена энергией.

Анна, как всегда, удивила меня.
И я ушла, улыбаясь и сияя как медный таз!

Потом мы поехали с Сашей в ресторан.
У нас уже негласная традиция после встречи с психологом ехать ужинать в хорошее место и обсуждать то, что происходило на приеме у Анны. Мы поделились друг с другом всеми важными мыслями и чувствами, которые родились в процессе общения с психологом. Потом мы гуляли. Ясный, тёплый, солнечный день. Улыбающиеся люди, дружелюбный пёс на встречу. Я улыбалась постоянно. И странно было вспоминать, что буквально пару часов назад я была так расстроена и плакала от печали и разочарования.

Может это и был тот самый знак, когда я уже практически опустила руки и смирилась с тем, что я не чувствую ничего внутри. Оказывается, внутри меня ещё столько всего! И может быть, Анна права, что у нас есть надежда... Что однажды и правда станет легче. И надежда, что цель найдёт меня сама. Все может быть! Нужно в это верить. И любить!

«Все будет хорошо!» — сказала я Анне, прощаясь с ней. «Конечно! Это так! Все будет хорошо!» - с неизменной доброй улыбкой ответила мне Анна.

27 июня 2022

День 63. Тебе пора

Ещё кое-что важное мы обсудили с Анной в день нашей встречи.
Когда я рассказала о Святой Софье и осознала настоящую причину своего желания иметь образ святой — я хочу слышать свою Соню и знать, что у неё все хорошо. Услышав это, Анна сказала:
— Теперь я понимаю. Это будет ваш проводник. С его помощью Вы сможете попросить о том, чтобы у Сони было все хорошо, или узнать у него как дела у вашей Сони, верно?
— Да! Именно так!

— Тогда это прекрасная возможность действительно заручится таким оберегом, таким образом, наполненным верой. Я уверена, что вам очень поможет этот образ в вашем желании слышать Соню или быть уверенной, что у неё все хорошо. Но для этого... Вам нужно отпустить Соню.

И тут Анна замолчала, посмотрела на меня и добавила:

— Вам не кажется, что Вы перестали слышать ее потому, что она немного устала?

— Устала?..

— Да... мне кажется, она устала находится между двумя мирами. Что вы думаете об этом?..

И я поняла, что я чувствую, что это так, но я не хочу признаваться себе, что все что я делаю, вся эта подготовка... это приближение к концу. И я начинаю осознавать его близость. Это заканчивается. И мне очень грустно от этой мысли.

И ещё мне стало грустно, что возможно, это правда. И я уже слишком долго удерживаю Соню здесь. И она не может находиться между двух миров. Она как будто не живет уже здесь, на Земле, и не освободилась полностью и не может уйти и стать свободной, чтобы вернуться в свой мир. И мне трудно это сделать. Освободить ее. Но я должна это сделать.

Я рассказала Анне, что я неосознанно уже делаю это. Мой уголок памяти, который я оформляла с такой любовью сильно изменился. Сначала он был весь заставлен важными вещами. Места уже не хватало. И пробковые панно были завешаны все, не было ни единого сантиметра свободного места.

Теперь часть вещей я убрала. Мне захотелось больше пространства. Больше свободы... Может этого хочет Соня? И на самом деле я слышу ее, и неосознанно действую так, как хотела бы она?

Наверное, поэтому я стала заказывать красивые сундучки и шкатулки... Потому что я не могла просто вытряхнуть эти вещи в икеевский контейнер... Я аккуратно и с любовью укладываю все эти сокровища в красивые шкатулки. С появлением каждой новой шкатулки этот уголок памяти становилось все свободнее.

Каждый вечер перед сном я проводила один и тот же ритуал. Я уносила вазочку с розой и подрезала ее стебелёк, чтобы она прожила дольше.

Сегодня я заметила, что прекрасная желтая гибридная Роза очень изменилась. Она пожухла и потускнела, но мне все ещё казалось, что ещё немного, ещё чуть-чуть, сейчас я позабочусь о ней: налью ей чистой воды, подрежу стебель, как всегда. Скажу ей шепотом, какая она красивая и как чудесно она пахнет. И тогда она поправится...

Я взяла вазу, чтобы совершить ежевечерний ритуал — вылить старую воду, промыть вазу, быстро налить отфильтрованной воды и обязательно держать стебель под струей воды, пока подрезаешь его. А потом уже опустить розу в чистую воду. Я так часто делала это, каждый вечер, начиная с 8 марта, что, наверное, уже могла бы совершить весь обряд в полной темноте или с закрытыми глазами. Но, как только я подняла вазу с розой, чтобы отнести ее на кухню, я увидела, что с розы упал лепесток. А потом другой... И тогда я поняла, что роза умирает.

Я поблагодарила ее за нежный аромат и за ту красоту и волшебство, которые она дарила нам все это время, пока была у нас. Но все заканчивается. И пришло ее время. «Тебе пора»... И я унесла погибший цветок. Я плакала, потому что в тот момент я говорила не только с розой. И это первая ночь, когда в нашем уголке памяти не появилась нового Цветка вместо погибшей предшественницы.

Смогу ли я удержаться и не купить завтра новый цветок?..

28 июня 2022

День 64. Не нормальные

Сейчас конец июня и в Питере стоит настоящая летняя жара.

Мы каждый день гуляем с Сашей в парке на Шуваловском проспекте. Счастливый лай собак и визги играющих детей. Дяденьки с пивными животиками под ручку со своими беременными жёнами. Мама с колясками, бабушки с верными пёселями. Молодежь, разрисованная во все цвета радуги от макушки, немислимого цвета, до татуированных ботанических портретов по всему телу. Красота!

Можно сесть на лавочку. Можно слушать шум листвы. Смотреть на воду. Или на деревья. Или на птиц, которых всегда так много возле воды. Или на лучи солнца, пробивающиеся сквозь листву. Или на резвящихся псов. Или на людей.

В конце концов, твою идиллию и покой нарушит мимо проходящая парочка, или присевшая на край скамейки Мама с ребёнком. Все хорошо. Жизнь продолжается. Со всеми ее хлопотами и заботами. Вокруг тебя все время что-то происходит.

Много счастья вокруг. Но люди часто этого не осознают. Они идут, уставившись в телефон, как будто невидящим взглядом, на автопилоте. Рядом может идти самый близкий человек. Но его как будто нет...

Те, кто улыбаются, смотрят на своего партнера или ребёнка с внимательным нетерпением и радостью в глазах — счастливички! Они знают, как это важно и бесценно. И они чувствуют. По-настоящему. На этих людей так приятно смотреть. Ты видишь эту любовь и радость и тоже наполняешься этим чувством.

Столько детей... Счастливые родители... Какие же вы все счастливые...

Когда Соня была жива, мы относились к этому как к данности. Ну есть, да. А что, может быть как-то иначе? Нас трое. Семья. Мы были нормальные. Обычные. Мы были как все. Не хуже других. И мы не ценили этого. Мы тоже проживали каждый день, как и предыдущий. Порой усталый, равнодушный взгляд... День Сурка каждый день. Не всегда, конечно. Иногда... особенно последние несколько месяцев. Сейчас я это понимаю. А что теперь? Теперь я смотрю на эти счастливые парочки с детьми и понимаю, что сожалею о том, что не ценила эти моменты. О том, что не была проще, добрее, мудрее.

И теперь мы остались с Сашей вдвоём. Нашей семьи больше нет. И я чувствую себя теперь... не нормальной. Я больше не в числе нормальных, обычных и тех, кто не хуже других. Моральный инвалид, бесполезный для общества. Ведь после меня ничего не останется...

И это странное ощущение — как будто мы теперь лишние. В этой жизни. Не достойные иметь такое счастье — маленького родного человека.

Глядя на проходящие мимо семейные пары, думаешь: «Как же вам всем повезло, люди! С вашими простыми жизнями, полными хлопот и мелких обид, усталости и скуки. Только потому, что рядом с вами есть ваши дети.»

29 июня 2022

День 65. Жертва

Почти каждый день я приношу домой новую красивую шкатулку или новый сундук. Забираю у мастера заказ, несую домой. Чтобы сложить ценные вещи Сони. Каждая шкатулка со своим дизайном. Я хотела, чтобы ее вещи жили в шкатулках, сделанных с юмором и любовью. Каждая бы напоминала Соню. И я думаю, ей бы они понравились...

Теперь все ее вещи стали для меня ценными. Иногда стало казаться, что я превращаю Сонину комнату в музей. Сначала я расставляла ее открытки, дневники,

маленькие мелочи по всей комнате. Потом я почувствовала, что нужно больше места, больше свободы. Кроме того, нам скоро уезжать, и я не хотела, чтобы все эти вещи остались вот так стоять и пылиться, в одиночестве. Было время, когда я не могла даже с места сдвинуть ничего. Потому, что не хотела, чтобы она решила, что я убрала или переложила что-то из ее вещей.

Потом я решила отдать вещи, которые уже были Соне малы и игрушки, в которые Соня уже давно не играла, моему другу Антону для его маленькой дочки Оли. Потом я стала потихоньку перебирать остальное. По небольшому кусочку, в итоге я перебрала все вещи. Что-то особенно ценное и важное убрала в новые шкатулки, сделанные как раз для этих целей.

Что-то так и осталось на своих местах. Например, вещи, которые Соня носила постоянно. Я пока так и не смогла их убрать. Ее школьная форма все ещё висит в шкафу, сменная школьная обувь — тоже рядом. Форма для физры, джинсы и футболки. Белье, носочки и пижама. Все это лежит там же на своих местах. В верхнем ящике комода. Как и 4 месяца назад...

Разбирая школьные тетради и блокноты, я нашла Сонину папку для школьного творчества. Краски, карандаши, фломастеры. И папка с рисунками. Акварельные краски не тронуты... странно... Я открываю папку с рисунками. Это работы, которые Соня делала на уроках ИЗО.

Рисунки в основном черно-белые. И некоторые очень... грустные что ли...

А потом я нашла блокнот для зарисовок. Эти рисунки Соня делала дома или в школе. И она их делала для себя. И я поняла, что мне нужно показать их Анне, нашему психологу. Потому что там есть о чем подумать.

Я смотрела на эти зарисовки и мне становилось не по себе... Потому что там было много агрессии, направленной против самой себя. Девочки с закрасненным полностью лицом. Девочки в ссадинах и синяках. Герои комикса, которые мучают друг друга или даже убивают. И роль этого мученика Соня брала на себя... Персонаж, которого она для себя выбрала, всегда бывал обижен, унижен или избит другим героем, который даже в процессе казни говорил: «Это не то, что вы думаете, на самом деле мы лучшие друзья!».

Роль жертвы. Осознанная?.. Выбранная ею роль?... И от этого ещё тяжелее. За что и почему она так относилась сама к себе?.. Может быть из-за того, что когда я критиковала или ругала ее, она неосознанно пыталась все равно оправдать меня? И связывала мою критику и агрессию с моей любовью? Злитесь — значит, любите?..

Я обязательно спрошу об этом у Анны на нашей следующей встрече.

30 июня 2022

День 66. Я ждала тебя, мамочка!

Чего бы я хотела больше всего на свете?

Это странно. Это похоже на безумие, возможно. И это так странно, что я не рассказывала об этом даже Анне на наших встречах. Не рассказывала об этом Саше. Никому.

Больше всего я хочу снова встретиться с Соней.

Если бы разрешили там, наверху состояться этой встрече, то ради этого я бы, наверное, могла отдать свою жизнь. Я не знаю, где бы мы встретились. У меня есть всего два варианта.

Первый вариант — встретиться здесь на Земле. А это значит, что для этого необходимо желание Сони воплотиться снова на Земле.

Если бы это чудо случилось, я готова была бы только взглянув на неё, сразу уйти, если эта жертва будет необходима. Мне будет достаточно того, что я бы ее увидела и я бы знала, что она будет снова жить.

Второй вариант — уйти мне и встретиться с ней там, в другом измерении. Но это не должна быть оборванная мною жизнь. Потому что тогда я боюсь, я не увижу ее. Ведь убить себя во взрослом, сознательном возрасте — это трусость и эгоизм. Если только у тебя нет тяжелой душевной болезни, которую ты уже не можешь контролировать.

А значит, это либо несчастный случай, либо смертельная болезнь.

Почему-то мне кажется, что мое желание сбудется! Я очень-очень этого хочу! Ничего я так не хочу больше. Это и есть моя мечта.

Я верю, что однажды мы все равно увидимся с Соней. Через много лет. Ведь когда-нибудь я состарюсь и умру в любом случае. Я надеюсь, она встретит меня там и скажет: «Я ждала тебя, мамочка!»

1 июля 2022

День 67. Тебе было трудно?

Сегодня я проснулась в 5 утра.

Резко открыла глаза. Я видела Соню! Мне нужно срочно запомнить хотя бы что-то из этого сна!

Я стала повторять наши последние фразы диалога. Мы говорили с ней в этом сне. И я видела ее личико. Ее добрые глаза и улыбку. Моя Бусинка! Какая же ты красивая...

Во этом сне я знала, что ее больше нет и поэтому так боялась «спугнуть» видение... или ее дух. Мы разговаривали так легко и свободно! И Соня отвечала на мои вопросы. Честно и открыто. Обычно в реальной жизни она не хотела беспокоить никого, грузить проблемами. Она никогда не жаловалась. И всегда улыбалась. Но когда что-то плохое происходило, и я пыталась это выяснить, я задавала ей вопросы, она неизменно отвечала: «Все в порядке». Или «Все нормально». А если я продолжала задавать свои вопросы, она отвечала, пожимая плечами: «Не знаю...»

А в этом сне я спрашивала ее о чем-то, и она отвечала мне, спокойно и легко. Она была такая лёгкая, она улыбалась. И мне даже показалось, что она не знает, что погибла...

К сожалению, я не могу вспомнить всего нашего разговора. Помню только последние пару фраз.

Я спросила:

— Тебе, наверное, было очень трудно?

Она ответила с улыбкой:

— Да, бывало трудно! Хорошо, что есть бесплатный помощник!

— Бесплатный помощник? А что это такое?.. Ты им пользовалась?

— Да, особенно когда совсем было трудно, когда я чувствовала, что уже погибаю.

«Я чувствовала, что уже погибаю». Эта фраза разрушила мое мнимое напускное спокойствие в этом сне. Хотя Соня и сказала эту фразу как-то чересчур легко, то ли с юмором, то ли это была просто такая аллегория... Но я вдруг начала плакать, потому что осознала во сне: «Неужели моя славная, моя милая и добрая девочка погибла из-за этих двоек? Из-за этой чертовой математики?!? Да пропади она пропадом, эта математичка с ее бесконечными двойками! И эта школа дурацкая!..» И дальше я могла только плакать и злиться. На себя, за то, что вместо того, чтобы помочь и поддержать свою девочку, я морально давила своими расстройками и причитаниями о том, как я устала от всего этого. Я устала, ну да, как же...

Я злилась на школу. На учителя математики, которая вместо того, чтобы помочь и объяснить ребёнку тему, ставила каждый день по двойке. Я вспомнила единственное онлайн-собрание для родителей 5 «Е», которое провела учитель математики. Уже с первых минут ее монолога я была в шоке от того, что такой человек работает в школе, с детьми. Она явно ненавидела свою работу и детей. Зачем такие люди идут работать учителями?... Я не знаю.

Из-за того, что я проснулась такая расстроенная в 5 утра (а легла я вчера во втором часу ночи), я чувствовала себя очень разбитой, уставшей и не в самом хорошем душевном состоянии.

В 9 утра я прилегла ненадолго, и в итоге уснула. И проспала до 11:30. Проснулась и Саша тут же спросил у меня:

— Оля, ты готова поехать прямо сейчас на приём к Анне?

— Как сейчас? Вот прям сейчас?

— Да, у неё есть сегодня свободное время в 12:00. Я не хотел тебя будить. Но раз ты проснулась, если ты хочешь поехать, то одевайся!

Хочу ли я поехать к Анне? Как будто человеку с открытой раной предлагают выпить обезболивающее или наложить швы на рану? Конечно, я хотела помощи! Особенно сегодня... Когда день начался так тяжело.

Я собралась, и мы поехали к Анне.

Анна заметила, что я сегодня очень возбуждена, у меня даже тряслись руки. Я принесла с собой рисунки Сони, чтобы спросить у неё профессиональное мнение, не было ли у Сони тяжелой депрессии, судя по ее рисункам.

Я отложила рисунки и рассказала Анне про сон.

Анна сказала, что «бесплатный помощник» — так школьники называют сайт готовых домашних заданий. И скорей всего, Соня в моем сне имела ввиду именно его. Но я никогда раньше не слышала этого выражения... Как оно оказалось в моем подсознании? Это действительно была Соня? Она и правда приходила ко мне этой ночью?

То, что у Анны сегодня внезапно появилось для меня «окно» в рабочем расписании — тоже удивительно. Как будто мне тут же дали помощь, которая была так необходима после того, что я увидела и услышала в своём сне.

Анна сказала, что у меня скорей всего начал проявляться этап гнева, как естественная составляющая процесса переживания горя. И эта злость — на себя, на школу, на учителей — все это нормально.

Но Анна так же настаивала, что школа и плохие оценки не были единственной причиной гибели Сони. Очень много факторов сложились все вместе в тот вечер.

Мы говорили больше 1,5 часов. И эти новые и важные мысли мне ещё предстоит осознать на протяжении долгого времени. Она такая хорошая, добрая и мудрая... Сегодня я случайно узнала, что Анна тоже пережила смерть своего ребёнка. Не рождённого, но уже любимого, долгожданного человечка. И я поняла, какой отпечаток оставило это горе на ее жизни.

Сегодня мы много о чем говорили. О счастье и горе. Точнее о том, как ты проживаешь эту жизнь и как влияют разные события на тебя и твою судьбу.

Я поделилась с ней недавним осознанием, которое пришло после того, как я прочитала молитву святой Софье. О том, что по меркам Вселенной и Высшего разума, не важно, живешь ты на Земле или уже нет. Важно то, как ты закончишь эту жизнь, что ты будешь представлять из себя в конце своего пути. Тот самый Страшный Суд, а по сути, это твой суд. Суд твоей же души. Прошёл ли ты испытание? Усвоил свой урок? Стал ли добрее и сильнее? Научился ли безусловной любви? И если для постижения этих тайн и сложных уроков тебе необходимо узнать, что такое боль утраты, пережить горе, потерять самое дорогое, то так тому и быть. Ради постижения своего предназначения, ради прохождения этого урока, наша душа выбирает самые эффективные способы проживания своей жизни. Обучение — главная цель и приоритет души. Кто-то обучается через радость и принятие, а кто-то, к сожалению, через боль и потери.

Я рассказала Анне о том, как недавно, гуляя в парке, заметила, как много людей, которые смотрят невидящими глазами, на автопилоте. Родители, идут, уставившись в телефон, хотя рядом идёт маленький ребёнок и что-то вдохновенно рассказывает им. Ещё я рассказала, что почувствовала, что осуждаю этих людей за то, что они не ценят своего такого простого счастья — быть семьей и иметь ребёнка. Живого, здорового ребёнка. Рассказала о том, что, глядя на эти семьи, поняла, что сама я почувствовала себя изгоем. Я как будто стала тем человеком, кто настолько плох, что от него ушёл ребёнок. Мой ребёнок не захотел оставаться с таким человеком, как я. Как будто я — моральный инвалид, бесполезный для общества. Моральный урод...

На это Анна сказала:

— А может наоборот?

— Как это, наоборот? — удивилась я.

— А что, если Вы отмечены теперь особым знанием?.. Вы отличаетесь, не потому что лишены чего-то, а наоборот? Вы обрели истину, не доступную этим людям с невидящим взглядом. Да, у них есть ребёнок, но они, как Вы сами видели, не всегда счастливы. Потому что они не знают, не понимают главной ценности этой жизни. А Вы знаете. И теперь Вы понимаете.

Это была такая странная... такая неожиданная мысль... Особое знание?.. Знание, которое мы получаем через боль потери. Анна как никто понимала это, ведь она когда-то тоже потеряла ребёнка.

— Это сильно изменило Вас? — спросила я

— Это полностью перевернуло мою жизнь. И да, это очень изменило меня. По сути, та Анна, которой я была до этого и то, какой я стала, пережив это — это два совершенно разных человека. — Ответила мне Анна очень откровенно.

Возможно, не многим даётся такой болезненный и такой сильный урок на Земле. Возможно, мы с Сашей готовились к этой жизни много сотен лет, прежде чем решиться на это воплощение. И возможно, наши души хотят пройти именно этот Путь. Хотя здесь, на Земле, переживая все эти эмоции в теле живого человека это кажется страшным, несправедливым и жестоким.

Анна уходит в отпуск. Она будет отдыхать два месяца. Но она предложила общаться онлайн, если мне потребуется это. И ещё, Анна сказала, что если есть что-то, что помогает мне, то я могу это делать. И сегодня я снова купила живой цветок и поставила в наш уголок памяти. Для нас. И для Сони.

Спасибо, Анна!

Спасибо, Соня!

2 июля 2022

День 68. Уснуть. План «Б»

Сегодня был странный день...

Вчера я забыла принять на ночь свой антидепрессант. Может это совпадение, а может связанные вещи — сегодня мне было особенно плохо, и я плакала постоянно. Я открываю файл с макетом фотоальбома с Сониными фотографиями. И начинаю плакать. И так несколько раз подряд. Не выдерживаю больше полуминуты.

В итоге я решила выпить свой антидепрессант. А заодно выпить успокоительное. Обычно я пью Новопассит. Но последние две таблетки я отдала Димке, когда недавно Саша привёз его к нам после бессонной ночи. Чтобы он смог поспать.

Зато я вспомнила, что у нас есть целая стопка таблеток, которые мне и Саше прописал терапевт. Это транквилизатор при панических атаках. Я не очень помнила дозировку. И решила выпить целую таблетку, чтоб уж наверняка. В итоге я выпила транквилизатор + антидепрессант и запила это стаканом воды с Корвалолом. Через 10 минут я поняла, что с дозой я переборщила... Я чувствовала, что лишаюсь контроля над собственным телом. Я шаталась, приходилось буквально идти, держась за стенку, мои глаза закрывались сами собой... В итоге я успела дойти до кровати и пролежала так пару часов. Я не спала, но я и не бодрствовала. Потом позвонил Саша. Он удивился моему голосу. Я рассказала в чем дело.

Когда он приехал, я не могла с ним даже разговаривать. Я заснула. Прospала ещё почти 4 часа. Так прошёл мой день. Я спала наяву.

Это очень странные ощущения. Ты не перестаёшь грустить. Но ты не можешь ничего сделать. Вот что такое быть овощем!

Я прочитала об этом препарате на сайте медицинского справочника и удивилась, что всего одна таблетка произвела на меня такой эффект. Ведь при неврозах эти таблетки пьют по 4 штуки в день! Может быть дело было в смешивании с антидепрессантом и Корвалолом?

Я выпила 1 таблетку... Что если выпить все что есть у нас дома?..

А вот и ответ:

«Летальная доза. Мертвыми обнаружены два взрослых: один принял таблетки внутрь, а у другого в желудке обнаружено 20 таблеток препарата по 25 мг.»

У нас дома есть 85 таблеток.

Я не совру, если скажу, что думаю об этом. И да, теперь это мой план Б. Это плохо. Это подло и трусливо. Я знаю. Зато честно.

Ещё недавно я мечтала, чтобы Соня вернулась. Но теперь я поняла, что это вряд ли возможно здесь, на Земле, в этой моей жизни. Я не могу этого объяснить, просто предчувствие...

Возможно, я буду одна до конца моей, надеюсь, не долгой жизни. Меня это не пугает. Сейчас такой период, я сейчас закрываюсь. И побуду пока так.

Соня и правда была чудом. Неожиданным чудом, к которому я не была готова. Поэтому и не осознавала его ценности.

Наверное, чудеса происходят только когда настало время для них.

Сейчас, вероятно не время для чудес. И не место.

У меня же может быть план Б. Это просто запасной вариант.

Так просто... Уснуть.

3 июля 2022

День 69. Второй шанс

Сегодня 3 июля. Прошло ровно 4 месяца, как не стало моей Бусинки... Нашей Бусинки.

Когда Соня только погибла, кроме невыносимой боли и шока мы с Сашей оба чувствовали очень сильную, необъяснимую поддержку. Мы не могли ее увидеть и как-то понять. Но она была. Энергия, которая поддерживала нас.

Я не могу это объяснить до сих пор. Возможно, это был первичный шок и наше сознание было изменено из-за сильного стресса. На физическом уровне именно так и было. Но странно то, что нам обоим независимо друг от друга в то время часто приходила одна и та же мысль: «Поверьте, это был наилучший вариант».

Как это возможно? И что это значит? Как добрый, счастливый, здоровый ребёнок сделал с собой такое?! И как это можно считать наилучшим вариантом?!? Это не укладывалось в наше сознание. Признаться, и до сих пор это не укладывается в голове.

На сознательном, логическом уровне это кажется таким жестоким и страшным обучением для нас. И еще более жутким и страшным страданием для нее. Но я пытаюсь осознавать происходящее, и я пытаюсь увидеть во всем этом какой-то смысл...

Возможно, именно этот тяжелый исход — был самым эффективным способом добиться от нас необходимых перемен?

Это, как если бы ты сел в машину и поехал куда глаза глядят. Тебе на самом деле нужно оказаться в определенном месте, в определенное время. У тебя и бензина то только на эту поездку осталось. Но вместо того, чтобы следовать верному маршруту, ты едешь в совершенно другую сторону. Ты едешь, сам не зная куда, но ты продолжаешь следовать в неизвестном направлении. Более того, ты торопишься, тебе кажется, что нельзя медлить, нужно обязательно куда-то ехать! И тут, неожиданно, у тебя пробивает колесо. Черт! Что за невезение! Ты расстроен, разочарован, даже зол на мир! Столько хлопот! Придётся теперь вызвать тех-службу! А это столько времени, нервов и денег будет потрачено зря! Но делать нечего, твою машину отгоняют в сервисный центр. А там обнаруживают, что все это время, пока ты ехал, у тебя был пробит, поврежден тормозной шланг... Ещё немного и ты

бы уже никуда и никогда не доехал... Вот так ангел-хранитель направил тебя против твоей воли туда, где ты и должен был сегодня оказаться. Это была помощь, спасение, хотя по началу могло показаться настоящим проклятьем!

Разве можем мы до конца понять смысл всего происходящего с нами? Проклятье это или спасение?

Если исключить из уравнения неизвестное — «смерть», и воспринимать смерть не как конец всего, а как переход души в другое измерение, то этот выбор, этот шаг Сониной души — вероятно был необходим для нас с Сашей? И оба мы чувствуем, что именно мы и попросили Соню об этой жертве, когда выбирали наш общий сценарий жизни на Земле перед этим воплощением. Соня согласилась нам помочь. Наш маленький храбрый, мирный воин.

Возможно, об этом была эта мысль о «наилучшем варианте для нас»?

Недавно я думала о том, что все бы отдала, чтобы ещё раз встретиться с Соней. Здесь на Земле или там, дома. Мне очень хотелось, чтобы Вселенная, и Творец дали мне ещё один шанс.

Но мне кажется, что важно не то, чего хочу или не хочу я.

Я могу хотеть чего-то. Мечтать о чем-то. Но эти мечты и желания не должны нарушать законов мироздания. Должно остаться доверие к миру — то самое принятие, которому я не могу научиться вот уже которую жизнь подряд... Мне кажется, в прошлых жизнях я очень боялась боли. И поэтому успевала сбежать. От тех людей, кто верил мне. От тех, кто любил меня. Своим уходом причиняя очень много боли любящим меня людям. Теперь я познаю это чувство. Теперь я учусь испытывать боль. Не отворачиваясь от неё, не убегая от неё.

Справляясь с чувством вины, я учусь доверять себе и принимать себя. Такой какая я есть. Со всеми своими недостатками. Но и чем-то хорошим. Все это можно любить.

Все это любила и принимала во мне Соня. И когда она говорила: «Я люблю тебя» или «Ты — хорошая Мама!», она это говорила искренне. Хотя мне пока и трудно в это поверить.

Я скучаю. Очень скучаю. Это правда. Я виню себя в ее гибели. Это тоже правда.

Но есть кое-что важнее моей боли.

Предначертанный путь. Для меня. Для Саши. И для Сони. У каждого из нас он свой. И чтобы я прошла свой Путь, должна произойти определенная цепь событий. Я могу отказаться от этого. Могу испугаться, отвернуться. Не поверить. Не увидеть. А могу попробовать довериться судьбе и позволить происходить каким-то вещам. Даже тому, что происходит сейчас. Даже несмотря на то, что это

так больно. И даже если эта боль никогда не закончится. А я думаю, что будет именно так. Если с нами это случилось, значит мы к этому уже были готовы.

Здесь мы просто учимся — а потом идем дальше. Этот мир — не тупик.

Поэтому, я буду учиться принимать любой исход с благодарностью и доверием к миру. Если Соне суждено воплотиться снова, при моей жизни, не будет на свете более счастливого человека, чем я. Если нет, значит так нужно для достижения главной цели моей Души, для осознания моего предназначения, моего выбора и следованию моего Пути до конца.

Да, пока я его не нашла. Пока так. Но я могу верить и надеяться, что я его в итоге найду. Уж этого мне желать ни один закон Вселенной не помешает!:)

И возможно, на самом деле в этом и кроется мой второй шанс? Возможно, Соня ушла, чтобы помочь мне остановиться, обернуться и понять, что я шла не в ту сторону, и я должна остановиться сейчас и попробовать найти другой путь. Найти то, ради чего я пришла в этот мир?..

4 июля 2022

День 70. Осталось 100 дней

Прошло 70 дней с того момента, как я решила вести этот дневник записей.

Легко ли мне это даётся?

Иногда я пишу по 5-7 историй в день. Иногда не могу достать из себя ни строчки почти неделю. Для меня это своего рода терапия. Самопомощь. Мне кажется, это помогает мне.

Что будет через 100 дней?

Будет 12 октября. День рождения моей доченьки. Моей единственной доченьки, которой навсегда останется 11 лет.

А ещё я закончу этот дневник. И у меня, наверное, даже получится небольшая (а может и вполне большая!) книга. Память о том, как это было. Как шаг за шагом я старалась идти вперёд. Вернее, выплывать на поверхность, а не утонуть в своём горе сразу. И это будет очень грустный день. Это будет окончание. Итог.

Будет ли что-то хорошее в этот день?

Я не знаю... мне трудно в это поверить.

Я надеюсь, что я буду чуть ближе к ответу на мой главный вопрос сейчас: «Почему?» Этот простой, казалось бы, вопрос, заключает в себя очень много других. Почему это случилось со мной?.. Что мне теперь делать? Как мне жить дальше? Нужно ли мне жить дальше? Какой смысл в том, чтобы жить дальше?.. Могу ли я поступить так, как хочу я, или мне необходимо «жить ради других», выполняя их желания, стараясь ради них? Всем тяжело, я понимаю. Но пока я не понимаю, как и зачем жить, если у тебя нет на это ни грамма сил. А чувство вины, за то, что ты своей депрессией расстраиваешь близких, которым и так не просто, сводит с ума.

Я бы хотела надеяться, что к середине октября вопрос с моими запретами на выезд за рубеж и запреты на регистрацию имущества будут уже сняты. Я бы хотела иметь фактическую, физическую возможность сделать свой выбор. Уехать, например. Куда угодно. В Индию. Или на Алтай. Или на Байкал. А может даже отправится путешествовать? Побывать в разных местах, где я никогда не бывала.

Я думаю о том, как помочь себе самой сейчас. Я пытаюсь спасти себя. Почему я не могу и не хочу предложить Саше уехать вместе?

Я чувствую, что на каком-то этапе наши пути разойдутся и это... нормально. Он хочет жить здесь. Он ходит в зал 6 раз в неделю. Он принимает какие-то препараты, которые помогают ему максимально увеличивать мышечную массу. И он очень в этом преуспел. Он почти каждый день занимается своей машиной. Он общается с друзьями. Или покупает какую-то новую технику или гаджеты. Он работает. Он живет. Это его жизнь. Не моя. Осуждаю ли я его за это? — Нет. Означает ли это, что ему все равно и ему не так больно, как мне? — Нет. Ему так же больно. И он справляется как умеет. Ищет то, что отвлекает его, вдохновляет его, даёт надежду.

Но это не моя жизнь. Не мой способ. Я не могу разделить с ним это. Мне не нужны мускулы и тачки. Не нужны деньги, вещи и дома. Я хочу покоя в душе. Я хочу искупления. И хочу примирения. С самой собой. И мне в этом не помогут фитнес-формы или резвый движок... А что же мне поможет? В том то и дело, что я пока не знаю...

Мне помогает творчество. Прогулка. Новые места. Природа. Тишина. Люди?.. не всегда... Те, с кем легко и спокойно — таких очень мало. Даже с моим психологом Анной я теперь потеряла связь, так что говорить о простых смертных? У каждого своя жизнь, свой набор проблем. И проживать своё горе так, как получается у меня — это мой выбор.

На данный момент моя жизнь разделена на две части — первая и самая главная — подготовка к Дню прощания, вторая — работа для Саши в перерывах между творчеством. Первое для меня важно. Второе, к сожалению, нет. Когда будет закончена подготовка и День прощания наступит, то смысла в каких-то дальнейших действиях, боюсь, у меня не будет.

Мне нужно будет обязательно приготовить для себя что-то важное, творческое. То, что не позволит мне скатиться сразу после этого важного дня в глубочайшую депрессию. Что будет после? Когда мы отпустим Соню на свободу, и она станет морем? Я не знаю...

Если я уеду куда-нибудь... причину ли я этим боль? Возможно... Могу ли я поступить иначе? Могу ли заставить себя сделать вид, что мне все это тоже нравится и все это меня вдохновляет жить? Нет. Смогу ли остаться в этой жизни, смогу сделать выбор в пользу жизни, полной страданий, или решу освободить себя от этих ежеминутных мучений? Тем более, что теперь у меня всегда под рукой мой «План Б»... А если не смогу?... Значит, придётся начинать все сначала... Снова проходить этот урок потери... Значит я не справлюсь в итоге.

А может не нужно справляться именно так?..
Может не в этом и смысл? Жить ради кого-то. Это странная установка.

Я бы не хотела, чтобы кто-то жил ради меня.
Я бы хотела, чтобы человек, который мне дорог, был бы счастлив, даже если он будет где-то очень далеко. Даже если не в этой жизни.

5 июля 2022

День 71. Особенности

Мы вышли с Сашей из дома, чтобы, как всегда, доехать до парка и погулять там. И тут, яркое, разноцветное пятно отвлекло наше внимание — первая парочка дам неопределенного возраста «вырви глаз», и сразу за ними вторая пара... «Наверное все вещи в химчистке, остался только костюм с Хэллоуина...» — пришло мне в голову, глядя на них. А вот ещё ребята — «Всегда мечтал быть колуном» — кричали их наряды. Как будто в зоопарке ты вдруг видишь разноцветных попугаев ара — красных, зелёных, синих. «Эээ... а что, где-то фестиваль фриков происходит?», снова подумала я. А на встречу уже идёт четвёртая парочка! Девушка — явный фанат Мерлина Менсона. «Да откуда столько фриканесс?!» — осмеялись мы

с Сашей — каждый из этих людей отчаянно пытался привлечь к себе внимание, наряд и образ каждого из них как будто говорил: «Посмотрите на меня! Я особенный!»

Потом мы гуляли в нашем любимом парке. Мимо проходила большая семья. Честно говоря, я не успела рассмотреть остальных членов семьи. Мое внимание полностью заняла девочка.

Сначала я заметила ее любопытный взгляд. А вернее, ее глаза. В следующую секунду я удивилась, почему ее лицо так низко. А затем я поняла, что это не просто любопытство. Это странное выражение лица, которое так отличает особенных детей. Девочка ехала в инвалидной коляске. Ей наверное было лет 10-11.. Ее грудь неестественно изгибалась почти дугой. Ее тело было напряжено, навсегда застыв в таком странном, неудобном положении. Никто не помогал ей. Она смотрела на нас, а мы шли и улыбались. И она улыбалась нам! Даже несмотря на то, что было довольно сложно распознать эмоции на скованных болезнью мышцах ее лица, это было заметно! Она улыбалась! Она долго смотрела нам вслед. Пока ей позволяли возможности ее тела и необходимость следовать за родителями.

Эта девочка, которая никогда не узнаёт, что значит жить обычной, простой полноценной жизнью. Девочка-инвалид. Такая сложная судьба. Пока мы гуляли в парке, я видела еще трех инвалидов. В основном им помогали близкие. Но эта девочка была сильной. Она справлялась сама.

Это храбрый, достойный выбор души — родиться в таком сложном, полном ограничений и боли, теле. Чтобы научить любви, терпению и заботе своих близких. Чтобы научиться терпению и преодолению самому. Чистое смирение. Покорность судьбе. Но в то же время вера в свои ограниченные, но возможности. Сила духа, чтобы не останавливаться, а пытаться снова и снова.

Простейшие действия, на которые обычному здоровому человеку нужно от силы пару минут, у человека с ДЦП займёт в лучшем случае пару часов. И то, только после серьезной подготовки.

Когда я смотрю на таких людей, и тем более, детей, я не чувствую жалости. Я чувствую уважение. И чувство вины за свои жалобы и нытьё. «Вот где настоящие трудности» — сказала я Саше, когда девочка и ее семья уже были далеко. «Да» — он с грустью ответил мне...

Честно говоря, я всегда особенно относилась к таким детям. В средней школе я даже была тайно влюблена в такого особенного мальчика. И на протяжении многих лет я чувствовала, что жизнь моя будет связана с инвалидностью. Либо инвалидом стану я, либо мой близкий и родной человек. Все ещё, конечно, может быть.

Но сейчас я понимаю, что это пока недостижимый уровень для моей души. Такой выбор мне пока не по плечу. Этот выбор делают очень сильные, опытные души.

Возможно, мне ещё выпадет шанс работать с такими детьми однажды?..

Так много разных людей. Мужики с пивом заняли лавочку. Подростки, выражающие всем своим видом полный протест и так похожие друг на друга в своём желании быть ни на кого не похожими. Девушки с лицами, как будто покусанными пчёлами, с пришитыми волосами, в смешных нарядах, которые не соответствуют ни возрасту, ни месту, ни качеству тела.

У каждого из них свой сложный мир, свои проблемы. Большие и маленькие... «он не позвонил», «пора на маникюр!», «хочу в отпуск!», «предки/начальник/жена/клиент достали!», «хочу такое же платице!», «денег нет!», «он снова не позвонил!»

Но только увидев такого вот маленького бойца по жизни, который упорно передвигается на инвалидном кресле, ты понимаешь, как все это не важно... Даже твои проблемы и твое горе не кажется таким невыносимым, когда ты понимаешь, как не легко жить этому маленькому, но такому сильному человеку.

И как ярко ты чувствуешь разницу, когда вспоминаешь фриковатых ребят в самом начале нашей прогулки. Здоровых, полноценных людей с дырой в голове, полной комплексов и надуманных проблем. Всем своим видом кричащих: «Я особенный! Я не такой как все!» Да, ты особенный... ты такой один, в своём идиотизме среди себе подобных клоунов. Проживающих бессмысленную жизнь, в жалобах и нытье с одной только целью, чтобы тебя заметили и похвалили, ну на крайний случай, пожалели...

Сейчас, вспоминая эту упорную отважную девочку, для которой каждое движение — это подвиг, я понимаю, как много страданий и боли в этом мире. Но настоящие герои не перестают любить и верить в лучшее. И двигаться вперед.

Особенные, сильные и поэтому такие красивые люди.

6 июля 2022

День 72. Она не убийца!

Моя мама сегодня позвонила мне.

Когда Сони не стало, я писала маме каждый день, как минимум два раза — утром, когда желала ей доброго утра, иногда сообщала о каких-то новостях в течение дня, и обязательно вечером я желала ей спокойной ночи.

В последнее время я стала писать реже. В основном потому, что ничего нового не происходит. Теперь я спрашиваю, как у мамы дела раз в 3-4 дня. Мама сама не беспокоит меня и отвечает только когда я сама напишу ей и спрошу, как дела у неё и папы.

И вот я рассказала маме о том, какой казус со мной произошёл недавно из-за не правильной дозировки препарата. Как и ожидалось, Мама очень разволновалась. Я пишу довольно быстро. А у мамы, конечно, нет такого навыка. И поэтому, пока я пишу 20 сообщение ей, она успевает написать мне только одно. И чтобы не мучать ее уроками печати и плюс, чтобы пресечь охи и ахи в зародыше, я предложила маме созвониться.

Это был странный и необычный разговор. Мама сказала кое-что такое, что заставило меня задуматься.

Я попробую воспроизвести наш диалог по памяти, как сумею:

— Оля. Я сейчас, наверное, довольно жестокую вещь тебе скажу. Но я должна сказать тебе это.

Я вдохнула побольше воздуха и приготовилась случать обличительную речь о том, что мне нужно брать себя в руки, что нужно думать о Саше, о ней и папе, что я для всех одна надежда, что если со мной что-то случится, то и всем остальным жить нет смысла и все пойдут вслед за мной. Но вместо этого мама сказала:

— Ты сейчас должна заставить себя быть эгоисткой.

— .. Что? Как это?..

— Вот так. Тебе нужно сейчас думать о себе!

— Ну... я думаю... о себе

— Нет, не так. Нужно пытаться в мелочах искать что-то приятное. Если что-то радует хоть чуть-чуть, значит нужно пробовать снова.

— Я занимаюсь... работой...

Я не рассказывала маме о том, что активно готовлюсь к Дню Прощания. О том, что каждый день вот уже 1,5 месяца я составляю фотоальбомы, делаю дизайн именных шкатулок, заказываю авторских куколок-ангелов, так похожих на Соню, по моим эскизам мастера иконописцы делают рукописные иконки святой Софьи. Я нарисовала каждую деталь для гирлянды из наших семейных мемов. Ещё я обвожу в векторном формате рисунки Сони, чтобы сделать из них видео-анимацию по мотивам ее рисунков. Каждый день я вижу фото Сони или то, что рисовала или делала она своими руками Соня. Я собираю из этих сокровищ памятный набор в подарок для нас с Сашей и для моей мамы, Сониной бабушки. Я надеюсь, ей понравится то, что я делаю и она не станет ругать меня за то, что из-за этого мы так задержались и я себя таким образом «ввела в ещё большую депрессию».

Я не говорю обо всем этом творчестве моей маме, потому что боюсь, что она начнёт бояться за меня, просить не делать этого, пугать, что я «себя в могилу так сведу» и торопить с отъездом.

А Мама тем временем продолжала:

— Нет, работа — это не то. Надо гулять, надо идти в зал и начать уже заниматься спортом. Надо приехать и начать уже отдыхать на море, есть свежие фрукты.

— Мы с Сашей гуляем... в парке...

— И вот ещё что. О том, что я хотела тебе сказать.

Ты себя так убиваешь. Ты страдаешь, плачешь, ты винишь себя. Я знаю, ты делаешь это. Ты решила, что ты во всем виновата. Я не могу тебя переубедить, сколько бы я не пыталась, все без толку. Но я тебе вот что скажу. Соня была очень доброй, очень нежной и наивной девочкой. Она никому не делала зла. А ты так страдаешь, что, по сути, она, этот божий одуванчик, становится твоим убийцей!

— Мама... я...

— Именно, так и есть! Ты плачешь каждый день вот уже 4 месяца, не переставая. Знаешь, чем это может закончиться? Серьезной болезнью! Ты будешь больна и морально, и физически. И что в итоге? Соня будет в ответе за то, что ты медленно убивала себя. Она точно не хотела этого! Она не хотела причинять никому зла! Она испугалась. Она была маленькая, испуганная девочка. Она не была убийцей! А ты так страдаешь, что это может закончиться очень плохо!

— Мама... но ведь это мой выбор, страдать! И Соня тут не причём, это не ее ответственность!

— Зачем же ты так упорствуешь в этом? Я буду знать, что ты убила себя из-за одного неверного, но фатального шага маленькой испуганной девочки! Она сейчас уже на небесах и у неё как раз все хорошо! Она там счастлива. А вот ты?! Ты себя убиваешь!

— Я знаю правду, Мама. Я сделала это с ней. И я виновата. Может мне нужно будет год, может десять лет так страдать, я не знаю.

— Это ты придумала эту вину! Это только в твоей голове! Ты не виновата в том, что произошло! Никто и никогда бы не сказал, что ты была плохая Мама! Ты была хорошая Мама! И ты любила Соню, и Соня любила тебя.

— Да, я знаю, что она любила меня. И доверяла мне. А я вместо того, чтобы защищать ее и поддерживать, давила, критиковала.

— Нам всем было не легко в детстве! И мне и тебе! Вспомни! Всякое бывало. Такое, что и не снилось современным детям. Но не ты не я и не думали выйти из окна!

— Мама, она была другая... она не такая как мы...

— Вот именно! Она совсем другая! Она была не приспособлена к этому миру. Совершенно! Она бы очень мучилась, ее бы все обижали, она бы очень страдала! Этот мир был слишком жестоким для неё!

— Но это тоже моя вина, что не смогла это изменить, что не смогла сделать Соню сильнее.

— Никто бы не смог. Она была другая. Это так и есть. В ней уже было заложено это. Добрая, но такая наивная и такая ведомая! Страшно представить, что бы с ней делали плохие люди...

И я знала, что Мама права... Я и сама не раз очень переживала из-за этого, когда видела, как отворачиваются, как смеются над ней и предают Соню ее вчерашние «друзья». Но сейчас мне так трудно было соглашаться со всем этим. Ведь живой ребёнок — это счастье. И как бы сложилась ее жизнь, я конечно не знаю. Но я бы все отдала, чтобы она жила...

Мама чуть успокоилась и продолжила:

— Так что подумай об этом. Помни о том, что она хотела бы для вас с Сашей счастья и радости. Она не предполагала, чем этот шаг обернётся для всех нас, когда ее уже не станет. И ей точно не хотелось бы видеть, как ты страдаешь и убиваешь себя.

— Хорошо Мама... я подумаю об этом, обещаю...

И я думаю об этом. И стараюсь вспоминать об этом, когда мне снова хочется «сдохнуть» или слёзы льются без остановки.

Моя мама поддержала меня. Это было так вовремя и так неожиданно. Мы ещё обо многом успели поговорить, и в конце она меня даже немного рассмешила. Поддержка мамы — это так много значит! Особенно, когда ты этого совсем не ждёшь!

7 июля 2022

День 73. Самим пригодится

Когда Соня была жива, я старалась сделать так, чтобы было хорошо не только ей, но и ее друзьям. Я понимала, чувствовала, что ей очень трудно найти друзей и стать среди них «своей». Она было слишком доброй и наивной. И так часто ребята, которые дружили с ней в итоге почему-то отворачивались от неё. Я не понимала почему?..

Я покупала милые подарочки для ее подруг... ну или скорей для девочек, которых она хотела бы считать своими подругами. И передавала ей эти подарки на Хэллоуин, Новый год, 14 февраля.

Я понимала, что дружба требует многого в этом возрасте. Нужно быть полезным. Интересным. Нужно быть веселым, интересным, позитивным, уверенным в себе... Понимала ли я сама хоть что-то в дружбе?

Я знала, что во взрослой жизни никто и никогда не будет любить тебя за красивые глаза. Я знала, что в реальном мире любят и тянутся к сильным, смелым, уверенным, самодостаточным людям. Но ведь Соня была подростком. Она была нежным, наивным ребёнком, который отчаянно желал быть нужной, быть такой же как все, быть частью чего-то. И ради этого она была готова на все.

Нам, как ее родителям, было очень трудно видеть это и понимать, что не за ней идут, а она идёт за кем-то. Так жаль было видеть, что среди ее окружения часто оказывались подростки с ярко-выраженной аутоагрессией, пессимистично-депрессивные, не очень красивые и потому такие закомплексованные. Как не легко соответствовать этому негативному образу, когда ты сам — добрая и нежная душа. Но она послушно и обреченно примеряла на себя эту роль. Проживала эту свою вторую жизнь, которая, возможно, была ей не по душе. Казалось, ей было страшно чувствовать таким человеком — слабым, трусливым, зависимым. Но ещё страшнее ей было остаться одной.

Я приглашала девочек к нам домой и всегда говорила, что можно приглашать всегда и всех, кого только захочется. Я тоже хотела верить, что у Сони есть друзья. И я верила в это, до тех пор, пока я не увидела своими глазами одну из этих «подруг» в нашем доме. Это было очень горько и страшно. Она даже показалась мне таким... энергетическим вампиром, который на наших глазах высасывал жизнь из нашего милого, славного и доброго человечка. И вместо того, чтобы дать отпор, Соня только улыбалась и чувствовала стыд и неловкость за свою слабость и растерянность, пока этот слон топтал ее самолюбие и мечты о дружбе и понимании.

Анна сказала на последнем приеме, что сейчас у меня начинается фаза гнева. И я не должна эту фазу пытаться проскочить или пропустить. Это просто невозможно. Если и попытаться сделать это, то эта агрессия перейдет на более глубокий уровень и возможно станет причиной психосоматических болезней. Поэтому, возможно, я просто принимаю этот этап сейчас и просто разрешаю себе чувствовать этот гнев и отчаяние. Потому, что не смогла защитить моего ребёнка от этого подросткового коллективного безумия.

Однажды, желая порадовать одну из Сониных подруг и зная ее увлечение рисунком и дизайном, я предложила подарить ей хорошую книгу. Она называется «1000 элементов, которые помогут сделать ваш дизайн красивым». В книге много разных дизайнерских идей, которые можно использовать для оформления любых вещей,

сделанных в подарок. Красивые буквицы, заголовки, леттеринг, забавные и милые дудлики. Открыв эту книгу, Соня неуверенно возразила:

— Мам, ну зачем, такая хорошая книга, зачем ее кому-то дарить?

— Правда?! Тебе она нравится? Ты бы хотела такую книгу?

— Да, может она нам самим пригодится...

Я была очень рада этому! Ей понравилась эта книга! Может однажды она воспользуется ей, чтобы нарисовать что-то классное! И я поставила эту и много других книг о дизайне и леттеринге на полку в Сониной комнате. Вдруг ей захочется попробовать?..

Кто бы мог подумать... что эта книга и правда пригодится. Правда она пригодится только мне. Эта книга сейчас помогает мне в оформлении фотоальбомов, которые я создаю для нас с Сашей и для моих родителей в подарок... и в память о Соне.

В память о милой, наивной и очень доброй девочке, которая так и останется для всех нас такой навсегда. Нашим добрым и нежным Ангелом. Который не смог больше оставаться на этой Земле. Ангелу, которому нужно было возвращаться домой.

8 июля 2022

День 74. Где я сейчас?

Раньше я не понимала на какой я стадии. Прочитав в книге Элизабет Кюблер-Росс о стадиях переживания горя, я не могла точно определить где я... Все потому, что все предыдущие стадии не были такими сильными и интенсивными, как то, что происходит со мной сейчас. Даже психолог не смогла определить, где я на этой шкале. Теперь я могу проанализировать весь процесс. Как это происходило и происходит у меня.

Сначала шок. Эта стадия длилась первые 2-3 недели. Состояние, в котором чувствуешь себя так, как будто ты глубоко под водой. Чувства и эмоции не определены. Все вокруг какое-то замедленное, события и люди кажутся не реальными. Иногда ты даже путаешь сон и реальность. Просыпаясь, ты не можешь поверить, что это правда ты и все это правда происходит с тобой сейчас.

Затем отрицание. Ты пытаешься отрицать смерть как таковую. Тебе проще думать, что тот, кого ты так любил не умер, а временно ушёл. Куда-то далеко, но это временно! В конце концов, все мы когда-то будем там!

Здесь в ход идут эзотерические книги о бессмертии души, околосмертном опыте и регрессивном гипнозе, где ты снова и снова находишь подтверждение того, что близкий человек рядом. Он не умер, а просто перешёл в другое измерение. Отрицание смерти так же может выражаться в отрицании случайности произошедшего. Легче переживать тяжелое событие, когда ты пытаешься верить, что у всего этого есть какой-то глубокий, но пока для тебя тайный смысл. Это не просто смерть! Это предназначение! Судьба! Ты не можешь принять тот факт, что это одна жизнь одного человека, которая прервалась раньше отмеренного срока. Причём отмеренного тобой срока.

Каждый день, каждую минуту где-то погибает ребёнок. По роковой случайности или после тяжелой затяжной болезни. Но ты отрицаешь то, что это реальность, это жизнь. И жизни бы не было, если бы не смерть.

Затем торг. Это может быть довольно длительный этап. Причём ты скачешь от отрицания к торгу снова и снова. В моем случае стадия торга спряталась за навязчивую идею встретиться с Соней здесь или «там». Я начала надеяться, что Соня вернётся! Если у меня будет ещё один ребёнок, то это, возможно, будет Соня! Что если произошедшее — нелепая случайность? Что если ее душа захочет начать все с начала? Вот тут держаться «торгового» курса тебе помогает его собрат — «отрицание». Отличный тандем: «Смерти нет» + «а что если?»

Вот это «что, если» — и есть стадия торга. Ты как ребёнок, который хочет чего-то сильно-сильно, но не получая этого, начинает торговаться: «а если я буду хорошо себя вести, я получу это?». Если я буду доброй, терпимой и любящей, я получу свою доченьку обратно?

Затем гнев. Это та стадия, на которой я нахожусь сейчас.

Я осознала, что не получу желаемого. И поэтому я так злюсь. Даже если я буду делать все «правильно» и буду доброй самаритянкой, Соня не вернётся. Никогда. Но почему?! Разве это справедливо?! Разве я виновата во всем одна?! Нет!! И ты находишь десятки виновных в ее смерти.

Затем будет самая тяжёлая стадия. Я к ней пока только подбираюсь.

Уныние. Апатия. Депрессия. Самая тяжёлая, самая глубокая и темная стадия горя. Осознание того, что что бы я не делала, я не могу вернуть ее. Я не увижу ее. И не услышу, и не почувствую ее запах. Ее больше нет и никогда не будет. А раз ее нет и не будет, то зачем я?

Меня накроет осознание бессмысленности моего существования без неё. Чувство вины, которое и так шло неотступно за мной по пятам с самого начала этого пути, подойдёт и обнимет, накроет меня полностью. И вот тут мне придется мой «план Б». Если будет невыносимо, я знаю, что делать...

Но если так случится, и я переживу этот этап и останусь жива, то за депрессией последует принятие. Это осознание того, что произошло и того, что иначе уже не будет. Это принятие реальности и факта случившегося — смирение. Это спокойная грусть. Это понимание неизбежности судьбы и предназначения. Моего. Сашиного. Сониного. Это первый шаг к надежде на выживание.

Затем этап веры в то, что жизнь продолжается и необходимо искать новый смысл жизни. Ты найдёшь в себе силы и главное, желание искать его. Ты обретёшь глубокое чувство любви, прощения и благодарности к ушедшему любимому. И веру в то, что ваша любовь будет жить вечно. По крайней мере пока ты живешь на этом свете.

Любовь, смирение и благодарность к жизни поможет двигаться дальше. Жить ради светлой памяти любимого человека, который, как ты будешь верить, навсегда будет жить в твоём сердце.

Последние три стадии для меня пока только слова. Интуитивное ощущение, но не реальное переживание. То есть я, конечно, нахожусь перманентно в депрессии. Но я думаю, по-настоящему пока я ещё не переживала этот этап.

Что мне остаётся?

Не знаю... но две вещи сработают, это точно:

* Первая — ВДОХ

* Вторая — ВЫДОХ

Дыши...

Сказала вслух и вспомнила... как мы с Сашей только об этом и просили Соню, пока она умирала на Сашиных руках 4 месяца назад... Дыши.. пожалуйста, только дыши...

Здравствуй, депрессия — маленькая смерть... я ждала тебя...

9 июля 2022

День 75. В безопасности

Когда-то давно, когда мы с Сашей были молодые и веселые, мы остались вдвоём на целых полгода. Сашина мама забрала Соню к себе, в Братск.

Братск — суровый Сибирский город, в 5500 км от Питера.

Соне было от силы 1,5-2 года. А нам с Сашей около 30 лет и казалось, что вся жизнь впереди. Нам хотелось почувствовать себя свободными. Мы говорили себе и друг другу, что это ради работы. Но на самом деле эти полгода мы просто развлекались и отдыхали так, как будто мы все еще молодые и бесшабашные. Нам тогда нужно было это время вдвоём. Ведь, по сути, у нас не было толком отношений. Мы не успели побывать на романтических свиданиях, не успели погулять вместе. Мы неожиданно и случайно стали родителями после пары месяцев невнятных отношений. И как только я узнала о беременности, сразу ушла. Так что даже этап беременности мы проживали порознь. А тут целых полгода вместе! Не нужно вставать по ночам, не нужно безотрывно следить за маленьким ребёнком. Это были наши родительские каникулы.

Мы отлично проводили время, особо не напрягаясь работой. Мы тогда еще пили алкоголь и поэтому вечера у нас были бурные и веселые.

— Ты скучаешь по Соне? — спросила я Сашу через пару недель.

— Ну... не знаю. Пока вроде нет...

Этот же вопрос я задала ему и себе через месяц. Мы немного скучали. Но не было такого жгучей тоски. Была лёгкая грусть. И приятное томление, что скоро мы увидимся. Через 2-3 месяца мы стали скучать по Соне. А через 6 месяцев Саша полетел в Братск забрать дочку домой. Все это время, а это целых полгода, мы не тосковали по Соне до боли в сердце.

Спустя пару лет, врачи объявили мне неутешительный диагноз. И тогда Саша отвёз меня в путешествие по Азии. А мои родители взяли Соню к себе на целый месяц. Тогда мы тоже спокойно перенесли разлуку.

Когда Соня уже пошла в школу, мои родители наконец-то исполнили свою давнюю мечту и переехали жить к Чёрному морю. Соня стала оставаться у бабушки и дедушки на лето. Целых 3 месяца лета и моря.

Мы скучали. Нам не хватало нашей веселой ласковой девочки. Но мы не испытывали болезненных чувств. Потому что мы знали. Знали, что с ней все в порядке. Она в безопасности. И мы можем увидеть и услышать ее всегда, когда только захотим.

А теперь мы так мучаемся и так скучаем. Мы не знаем. Мы не видим. Не слышим ее. Мы можем только верить и надеяться, что с ней все в порядке и она в безопасности.

Она часто говорит Саше, что у неё все хорошо и ей очень интересно там и весело. Я очень надеюсь, что это так. Если бы мы знали, что это так, нам было бы конечно намного легче. Но мы не знаем...

Теперь, когда у меня есть иконка и образок святой Софьи, я перед сном прошу ее позаботиться о мой Соне.

Она была такой доброй и славной девочкой.

Самым добрым и терпеливым человеком, которого я знала. Хоть и маленький, но такой большой человек. «Человечище!» — так и называла ее иногда за ее большое сердце.

Бусинка, как ты там?

Ты в безопасности?

10 июля 2022

День 76. Две жизни

Иногда мне в голову приходит странная мысль. Я даже мыслью не могу это назвать. Это какая-то комета, которая просто пролетает через мое сознание и сгорает, не достигнув точки осмысления.

Может я не даю этой идее обосноваться потому, что мне стыдно от того, что такое вообще приходит мне в голову? Но я пишу тут всю правду, как есть. И своего дневника стыдится — то же самое, что скрывать на приеме у врача то, что тебя беспокоит.

Пару раз мне пришла эта мысль.

О том, что я смогу теперь выбрать любую жизнь. Я не должна теперь заботиться о другом человеке и брать ответственность за чужую жизнь. Я не должна пытаться быть лучше. Я не должна стремиться к финансовым успехам. Я не хочу больше ничего. А это тоже в каком-то смысле освобождает меня от обязательств: много работать, достигать, преодолевать. Ничего из этого мне сейчас не нужно.

Пока я не могу при всем желании уехать. Но однажды запреты будут сняты. И я смогу выбрать любое направление, любое место, где хотела бы побывать, а может и остаться там жить.

Смогла бы я уехать и начать жизнь сначала?

Как будто ничего такого ужасного со мной не происходило. Как будто я совершенно нормальный, обычный человек? Смогла бы я чувствовать себя нормальной и обычной? Смогла бы я ответить честно на вопрос о том, почему у меня нет семьи и детей в мои 40 лет? Хотя... эта необходимость в объяснениях не особо меня беспокоит. Я бы мало с кем общалась, и уж тем более, у меня бы не было ни с кем романтических отношений. Я бы была сама по себе. В том месте, где никто меня не знает и не узнает. Просто человек. У которого нет прошлого. Нет будущего. Есть только то, что происходит сейчас. А значит эти важные моменты жизни «сейчас» я сделаю хорошими. Шум моря, тёплый песок сквозь пальцы, гладкие камушки и перламутровые ракушки, тёплый морской ветер, рассвет и закат, пение птиц, улыбки счастливых людей.

Могла бы я уехать очень далеко и жить так, как будто у меня нет прошлого? В другой стране. С другим именем. Другая я?

Очень давно я читала книгу, которая мне понравилась. Может потому, что автор, которая написала ее, рассказывала о себе и о реальных событиях, которые происходили с ней самой?

Эта книга Элизабет Гилберт стала очень популярна после фильма с Джулией Робертс в главной роли «Ешь, молись, люби». Сначала я прочитала книгу, а потом посмотрела фильм. Книгу я читала в оригинале, на английском языке. Мне очень захотелось почитать, когда мы были в путешествии по Азии. Но в букинистических магазинах за рубежом не найти русских книг. И я выбрала эту. Потому что открыла ее и сходу начала читать прямо у книжной полки и не могла оторваться. Забавная, милая, местами грустная. Книга была очень легкой и простой в чтении.

Я вспомнила об этой книге потому, что главная героиня, Лиз, уезжает в путешествие на три месяца. У неё был дом, престижная работа, любящий муж. Но она не чувствовала себя счастливой. Она переживала очень тяжелый развод со своим мужем. У неё началась депрессия. И ей необходимо было вернуть себе смысл жизни. И каждый из трёх месяцев она проводит в прекрасной стране, где давно хотела побывать. Одной из стран для своего путешествия она выбрала Индию. Ее выбор был не случаен. Ей нужен был баланс и принятие ограничений в своей жизни. Перед этим была Италия. Там Лиз вспоминала, что такое вкус к жизни, наслаждаясь целый месяц пастой, пиццей и итальянским мороженым — желато. После такого гастрономического безумия она отправляется в спокойную, осознанную Индию. Там она скромно живет в ашраме и учится смирению и балансу.

Среди таких же пилигримов, собратьев по обучению, она встречает очень хорошего, спокойного и доброго мужчину. Он вдохновлял и поддерживал Лиз на протяжении всего времени пребывания в ашраме. Казалось, он уже усвоил все необходимые уроки. Он был спокоен, мудр и очень добр. Но при этом, он не превратился в пресного философа, оторванного от земной жизни. Он не утратил самобытного характера, чувства юмора и даже сарказма.

Всем этим он и покори́л Лиз и стал для неё не просто другом, но и мудрым наставником. «Какой сильный человек», — думала я, читая об этом мужчине. Как он стал таким? Как он добился этой внутренней силы? Как же меня удивила его история, которая, по сути, и сделала его тем, кем он в итоге стал.

В прошлом он был алкоголиком, и своими пьяными выходками не раз изводил свою семью. Однажды он снова напился, и он пил, пока у него не кончился запас спиртного. Тогда он сел за руль и решил съездить за добавкой. В это самое время на лужайке, рядом с домом играл его маленький сын... Пьяный мужчина не заметил ребёнка, когда включил заднюю передачу и нажал на газ.

Лиз, слушала эту историю, затаив дыхание. И не одна она... Читая его рассказ, я тоже испугалась: «Неужели он задавил своего ребёнка?»... Нет... слава Богу, ребёнок остался жив, его успела вытащить практически из-под колёс мать малыша, жена пропавшего пьяницы. Лиз облегченно выдохнула, услышав о счастливой концовке. Правда для мужчины концовка была не такой уж и счастливой. Ведь он больше никогда не увидел и не услышал своего сына и свою жену. Сразу после этого она собрала вещи и уехала, чтобы больше никогда не бояться за жизнь своего маленького ребёнка. После этого случая мужчина бросил пить. Уехал в Индию и стал учиться прощению. Он учился прощать себя. Много лет. Он просил Бога: «Господи, открой мое сердце! Открой мое сердце!» И вот однажды, Бог исполнил его желание! У мужчины случился инфаркт, и пришлось срочно делать операцию на открытом сердце... во истину говорят, бойтесь своих желаний...

Этот добрый и мудрый мужчина смог пройти через такой опыт. Жестокая ошибка, которая чуть не стоила жизни его ребёнку. Одиночество, разочарование и чувство вины. Прощение и смирение. Он изменился. Полностью изменился. Он стал другим человеком. По сути, он успел прожить две жизни. Одна жизнь «До» и другая — «После». Это удел тех, кто ищет искупления после того, как совершает ужасную ошибку.

Эта невероятная история казалась мне нереальной, пока не ушла Соня. Ошибка, которая стоила жизни. И я больше никогда не увижу свою девочку. И теперь у меня впереди вся жизнь, чтобы попытаться простить себя. И принять тот факт, что я ничего уже не смогу изменить. Учиться жить с этим дальше.

Мы с Сашей очень любим сериал «Менталист».

Главный герой, Патрик Джейн потерял жену и дочь из-за своего эгоизма и гордыни. Эта трагедия изменила его. Настолько сильно изменила, что понимаешь это только когда в одной из серий, Патрик теряет память. Он очнулся в больнице и ничего не помнил. Не о смерти своих родных, ни тем более о причинах их гибели. Забыв о своём прошлом, он снова стал собой. Стал прежним Патриком. Хитрым, изворотливым, жадным и беспринципным подлецом. Его было не узнать! И только когда память снова вернулась к нему, он вновь погрузился в свою печаль и осознание последствий своей жестокой ошибки в прошлом. И тогда он снова стал тем простым, щедрым, скромным и честным человеком, которого все так любили.

Как же сильно влияет на нас горе? Оно буквально формирует нового человека. Помня о своей ошибке, человек заново учится состраданию, честности, вере, терпению. А главное, человек, отмеченный печатью горя, начинает понимать, что на самом деле важно. Не успех, не деньги, не вещи, не слава. А жизнь, любовь, дружба, семья. «Важен каждый миг» — эта красивая фраза становится чем-то осязаемым, реальным. Солнечный свет, радуга, смех ребёнка. Улыбка близкого человека, теплота его руки, когда вы идёте рядом, взявшись за руки.

Проживая эти трудные дни, я узнавала, что значит быть виновной и не иметь возможности попросить прощения. Без права на то, чтобы все исправить. Но, возможно, горе меняет меня сейчас? И возможно, я стану лучше, чем была раньше?

Смогла бы я прожить другую, вторую жизнь?

А может быть, я уже начала ее проживать? Не за морями-океанами, а здесь. И теперь я остаюсь не потому, что должна. А потому, что я так хочу.

11 июля 2022

День 77. Мечты и силы

Я спросила у Саши: «Где ты берёшь силы, чтобы хотеть чего-то? Этой силы тебе хватает, чтобы потом встать и делать необходимое, чтобы получить желаемое. Как ты делаешь это?» Я спросила, потому что у меня не осталось больше желаний и поэтому не было сил делать что-то.

Раньше я хотела то и это, хотела обучиться инвестированию, хотела прокачать навыки программиста, хотела новую машину, хотела дом. Сейчас я ничего не хочу.

Пока готовлюсь к Дню Прощания, хочу делать бесконечно много милых мелочей для Сони, которой больше нет... для кого я это делаю?.. Наверное, для себя?.. Чтобы делать и хотеть хоть что-то.

На мой вопрос Саша ответил:

— Мне даёшь силы ты. Я хочу построить красивый, светлый дом. Чтобы мы жили там, и ты была бы счастлива там. Чтобы вокруг были деревья и по утрам ты слушала пение птиц.

И тогда я сказала Саше:

— Если ты мечтаешь о доме и у тебя есть силы и желание его строить, то я поддерживаю тебя. Но я не смогу его придумывать и проектировать. Мне не важно сейчас, какой он будет и что там будет. Точнее... я знаю, что там будет очень хорошо. И я полностью доверяю тебе в этом. Делай такой дом, какой тебе хочется. Если нужно будет помочь, я готова подействовать технически — сделать чертёж, например. Но если только в качестве исполнителя, а не проектировщика или заказчика.

— То есть ты полностью доверяешь мне? И не будешь потом расстраиваться?

— Да, полностью доверяю. И я знаю, все будет хорошо. Это будет прекрасный дом. И мне там точно понравится.

Я вспомнила о том, как когда-то я думала о доме, о том, какой он будет. Сейчас кажется, что это было вечность тому назад... но в реальности это было не так давно.

За неделю до Сониной гибели я начала осознанно хотеть дом. Я стала представлять его себе. Я пыталась понять, что мешает мне «передать» мое желание о доме из верхнего этажа «Сознание» на нижний этаж «Подсознание»? Ведь когда что-то не получается из раза в раз, нужно понять, в чем проблема, в чем внутренний запрет, или, как сейчас модно говорить, «блок».

Конечно, «разрешение» себе иметь то, что хочется на всех уровнях, не создаёт желаемое и чудо само по себе не происходит. Но у тебя появляется осознанная энергия и силы на достижение результата. Ты перестаёшь заниматься прокрастинацией, а делаешь необходимое каждый день с удовольствием. Потому что начинаешь искренне верить в то, что желаемое однажды станет реальностью и ты в силах исполнить свою мечту.

И вот, я представила себе этот дом 4,5 месяца назад. Я попыталась представить его как есть, как он запечатлелся в моем подсознании. И что же я увидела?

Я увидела. Этот дом. Но. Я была в нем одна. Совершенно одна. Меня испугало это «видение», и тогда я поняла, что меня тормозит. Я боялась, что, получив дом, я получу в довесок и одиночество. Мне не было грустно в моем видении. Я была сама по себе.

Саша часто шутил, что моя мечта — это необитаемый остров, где я буду счастливо жить в одиночку. Не в одиночестве, нет. В одиночку. Сама по себе. Я и мой эгоизм. Нам должно хватить места на целом острове.

И мое подсознание принимало такую картину спокойно и естественно. А вот мое сознание боялось этого. Почему в моей картинке не было Сони? И Саши? Это было странно и грустно. И я отказалась от этого желания. Я даже рассказала о своих сомнениях Саше, но он поспешил меня успокоить, что это ничего не значит.

Чувствовала ли я подсознательно, что меня ожидает в скором времени? Может моя душа подсказала мне картинку моего возможного будущего? Одна в красивом и светлом доме... нет... я не желаю этого.

Я знаю, где я хочу быть. А главное, с кем.
И не важно, в каком доме. Важно, что рядом с ним.

12 июля 2022

День 78. «888»

Два месяца прошло с тех пор, как я начала работу над нашими фотоальбомами. Почти каждый день я перебирала все наши совместные фотографии. Сначала самое простое — аккуратно разложенные папочки на компьютере. Потом сложнее — сбор всех фото со всех телефонов. С моим телефоном проще — у меня долгое время был один телефон. А вот Саша сменил их изрядное количество. И его фото-багаж пришлось разбирать дольше. Последний шаг — сбор случайных фото, которые когда-либо кому-либо отправлялись в разных мессенджерах.

Все это нужно было собрать, правильно отсортировать по датам и создать фото-историю жизни, длиной в 11 лет и 4 месяца.

Над нашим альбомом я работала большую часть времени. В итоге он превратился в настоящий четырехтомник! Просто потому, что как бы я не старалась, мне не удалось уместить все снимки в одном альбоме.

Мне даже пришлось совмещать в одном фото две, а порой и три фотографии. Иначе снимков для печати было бы в 2-3 раза больше. Потом я решила сделать памятный альбом для моей мамы. А затем, я решила собрать каждой момент нашей жизни «после» в последнем альбоме, у которого, по сути, нет конца. И наде-

юсь, я буду дополнять его и дальше. Просто чтобы помнить, что несмотря на то, что произошло с нами, мы все еще живые.

Я приступила к этой большой работе в начале мая. Я и не догадывалась, насколько она будет большая и трудная. Я работала целый месяц, когда поняла, что не успеваю и нам придётся задержаться. И мы решили, что раз мы все равно задерживаемся, то нам можно отметить Сашин день рождения, пригласив всех наших друзей. И это было здорово!

Мы должны были уехать к моим родителям сразу после Шашиного дня рождения, в начале июня. Но после праздника я не закончила работу. И я все никак не могла закончить. Я все находила новые и новые фото, добавляла их снова и снова. Меняла расположение и формат снимков. Казалось, что я не закончу никогда. Даже психолог Анна предложила, что я неосознанно затягиваю этот процесс потому, что не хочу прощаться с Соней. И, возможно, так и было.

С каждым днём этот процесс становился для меня все мучительней. Я много плакала. Час работаю, час плачу. И так весь день. Я ложилась очень поздно, в 2-3 часа ночи. И мне казалось, вот-вот, ещё чуть-чуть. Но я часто торопилась и ошибалась. И ошибку, сделанную второпях, порой приходилось исправлять пару дней. Я не хотела прощаться с Соней. Это правда. Но я хотела освободить ее. Отпустить на волю. И поэтому я заставляла себя перешагнуть через своё «не хочу и не могу». Потому что это нужно сделать. Нужно проститься. И я хочу сделать этот так, по-особенному. И постепенно я создавала картинку этого важного дня шаг за шагом.

Кроме альбомов я готовила памятные подарки для нас с Сашей и для моих родителей. Я создавала открытки, рисовала шкатулки, заказывала именных куколок и даже иконки святой Софии. Я собрала прекрасные милые сундучки, в которых теперь будет жить память о Соне.

Ведь это все, что нам осталось... Память о ней. Смешные фразочки, милые прозвища, наши общие веселые мемы. Все это теперь превратилось в красивую гирлянду. Сонины рисунки теперь превратились в милые мультики и открытки. В забавных шкатулках теперь живут ее вещи.

Даже Саша стал помогать мне, когда стало ясно, что я не успеваю сама. Он красил лаком фанерные фигурки с надписями, которые я заказала для гирлянды.

Прошлой ночью я закончила работу, которая длилась больше двух месяцев. Я собрала архив из 888 фотографий, которые нужно напечатать, чтобы потом вкле-

ить их в давно купленные альбомы. Альбом для моей мамы мы сделаем до отъезда. А остальные 4 альбома я буду оформлять уже в Анапе.

Осталось доделать видео-открытку. И я ещё в процессе работы над ней. Это видео для нас всех. Я надеюсь, что мы посмотрим его все вместе, когда Соня станет морем. Мы отметим этот день, надеюсь, по-особенному.

В этот день... нужно будет собрать последние силы для этого последнего «Прощай»...

13 июля 2022

День 79. Что такое семья?

Пару лет назад мы с Сашей побывали на одной игре. Наша знакомая проводила ее для своего круга единомышленников. Игра называлась «Лила Чакра». Игровое поле, кубик, который нужно бросить, чтобы продвинуться своей фишкой вперед, карточки с пояснениями и направлением для следующего шага.

Вроде все просто, но, когда начинается игра, это похоже на проживание своей жизни в миниатюре. Загадал желание и идёшь к своей цели. Бросаешь кубик, делаешь шаги по игровому полю. И преграды на этом пути тормозят твоё продвижение на пути к цели. Каждая преграда — карточка с подсказками. Что-то ты делаешь не так, раз у тебя не получается быстро и легко продвигаться к своей Мечте.

Да, все просто — бросил кубик, прошёл вперед. В игре нет выигравших или проигравших. Там не важно, кто впереди. Цель игры — чтобы твой последний бросок отправил тебя точно на финиш. И я, как и остальные игроки, ходила по кругу снова и снова, не способная достигнуть цели. И все из-за одних и тех же преград. У каждого из нас был свой «набор» ошибок, которые мы неосознанно «выбирали», бросая кубик и постоянно «промахивались» на финише.

Это конечно просто игра, но это удивительно, как работает наше подсознание. Каждому из нас выпадали часто одни и те же карточки с преградами. Кому-то из раза в раз игра напоминала о необходимости быть смелее. Кому-то наоборот, подсказывала о том, что для достижения цели нужно учесть желания близких. Кто-то из раза в раз получал предсказание о том, что ему мешает лень и слабость духа.

У меня был свой «криптонит».

Казалось бы, вот, я почти у цели. И тут... Стоп... марш на самое начало пути! Я злилась, я старалась, снова и снова. И казалось бы, чем больше я старалась, тем чаще я возвращалась на несколько шагов назад. Моим препятствием в игре — была... семья.

Так странно... Семья ведь должна помогать в достижении цели, разве нет?.. Но в моем случае, почему-то именно семейные проволочки тормозили мое продвижение к моей цели в миниатюре. Пока продолжалась игра, я все думала об этом.

Семья. Что для меня значило это слово?

Семья в детстве. Это место, где ты чувствуешь себя в опасности. На тебя могут накричать. Ты должен быть молодцом, иначе получишь строгий выговор. Нельзя плохо учиться. Нельзя болеть. Нельзя иметь проблемы. Нужно очень стараться, чтобы тебя не «задело» этой семейной энергией «заботы».

Когда в детстве, в возрасте 5-6 лет мой папа рассказал мне откуда берутся дети (при том, что я не просила этих подробностей), у меня случилась истерика. И попав в садик, я проплакала весь день, испугавшись того, что меня разорвёт изнутри ребёнок, который будет появляться при естественных родах. Потом мысль о том, что я приемная и итоговое осознание что это не так. Тогда зачем иметь детей, если ты их не любишь?.. Может я была случайностью о которой никто не просил? Нет. Оказалось, что это было осознанное желание. Насколько оно может быть осознанным у 19-летней девушки, которая и сама не знает, чего она хочет. Потом юность. Несчастливые люди в браке. Столько непонимания, разочарования, крушения всех надежд. Люди, которые живут под одной крышей, но не понимают друг друга. Зависят друг от друга. Люди, неспособные жить самостоятельно, из-за собственной слабости и лени. И от этого ещё больше злятся и в душе ненавидят друг друга. Любовь? Нет, не слышали, не знаем...

Потом самостоятельная жизнь. И страх быть связанной обязательствами отношений. Страх иметь детей и быть до конца жизни связанной с человеком, которого я никогда бы не полюбила. В дополнение к страху иметь детей — страх быть изгоем и необходимость выполнить требование семьи «о нормальности» и вступлении в брак. Попытки отношений, которые всегда заканчивались одинаково — как только все переходило в более серьезную стадию, я тут же все портила. Я предавала, обманывала, уходила. Я переезжала с места на место по несколько раз в год. И мне это нравилось! Мне нравилась жизнь кочевника. Мне нравилось, что я могу уйти в любой момент. Мне нравилось, что ничто и никто не может связать меня никакими обязательствами. Я даже спала всегда с краю... чтобы при необходимости встать и поскорей уйти.

Первый брак. Попытка сделать все «правильно» хотя бы раз и предсказуемая неудача. Помню, как сказала тогда своей маме: «Если я выйду замуж, ты перестанешь меня пилить?» Мама дала утвердительный ответ. Так решение о первом браке было принято. Я тогда подумала: «Вот выйду замуж, и от меня все отстанут. А потом, и развестись можно будет...» Так в итоге и получилось. Я вышла замуж, чтобы «от меня отстали» и развелась потому, что так и не поняла смысла семьи, этих бессмысленных потуг быть «как все» рядом с совершенно посторонним, чужим тебе человеком.

Все это добавило мне уверенности в том, что любить я не умею. И нормальных отношений такому моральному уроду как мне, никогда не построить.

Затем случилось, как мне тогда казалось, самое тяжелое для меня — беременность. И как я и боялась, от человека, которого, как мне тогда казалось, я никогда не полюблю. У меня будет ребёнок... которого я скорей всего тоже не смогу полюбить... это была паника. Страх. Ужас. Теперь я буду связана на всю оставшуюся жизнь...

Второй брак. Я старалась. Я хотела дать максимум своему ребёнку. Я училась, работала. Я хотела, чтобы у много ребёнка было больше, чем у меня в моем детстве. Раз уж я не могу дать любви, может я смогу дать финансовую свободу? Общий бизнес с мужем. Попытка развивать его.

Итогом стали долги, которые легли на меня из-за моих родителей, а затем я выплатила долги и второго мужа. Неспособность реализовать свои материальные цели из-за серьезных финансовых ошибок членов моей семьи.

Как же я злилась! Я так старалась, я делала все что могла и даже то, чего делать не умела. Верить. Заботиться. Быть терпеливой. Но в итоге я спотыкалась снова и снова... Все мои надежды и мечты превращались в пустоту. Я не умею безусловно любить, да. Но я умею трудиться, умею учиться, умею признавать свои ошибки. Я буду делать больше и лучше. Но все без толку!

Попытка стать нормальной мамой. Попытка стать нормальной женой. Получалось ли у меня?.. иногда... но моя суть всегда оставалась той же... Испуганная, зажатая и закомплексованная девочка, которая умеет защищаться, но не умеет искренне любить просто так. Требования и критика. Это то, что «помогало» мне выживать. Мне казалось, это необходимо, чтобы не быть такой как Сашина Мама и его брат. Это то, чего я боялась больше всего — быть слабой, глупой, ленивой, зависимой и никому не нужной. Нужно быть сильной, смелой, выносливой, способной, нужно многое уметь. Тогда не пропадёшь! Нужно бороться! «Хороший человек — не про-

фессия!», «Просто так никто тебя не полюбит!» Так жила я сама и те же идеи пыталась внушить своей дочери.

Та игра была и правда моей жизнью в миниатюре.

Только я задумую что-то, приложу много усилий, и кажется, вот-вот достигну цели, как мое желание разбивается о мое бессилие и Злость от осуждения слабости и ошибок членов моей семьи.

«Я не командный игрок»...

«Отношения меня ограничивают»...

«Я не умею прощать слабостей»...

«Семья всегда требует помощи и ресурсов»...

Семья казалась мне бездонной дырой, которая только и делает, что тянет и тянет из меня силы и ресурсы... и что бы я не делала, все равно придется исправлять чужие ошибки. Так я думала, пока длилась игра. Я злилась. Я не могла решить для себя эту невыполнимую задачу... Когда я вспоминала про семейные ценности, поддержку, любовь, заботу, домашний уют, я не понимала смысла этих слов... Я не видела этого в детстве сама и не умела создавать все это, будучи уже женой и матерью.

Мне часто казалось, что тот факт, что я в итоге стала мамой — это какая-то ошибка. Что может дать своему ребёнку злой, жестокий эгоистичный человек? Я тому — прямое доказательство. Разве что вырастить себе подобное существо. Зачем же плодить несчастных, больных людей?

Иногда мне казалось, что в прошлых жизнях я была мужчиной. Слишком властными, слишком сильными и самоуверенным. Мужчиной-кочевником, который не связывал себя отношениями. Не способный любить и не верящий в силу этого чувства. Не знающий боли потери. Ведь если тебе нечего терять, то и больно не будет.

В этой жизни я родилась женщиной. Причём к сильному характеру и большим амбициям мне, в качестве противовеса, выдали семейную наследственную черту — топографический кретинизм, который мне достался от моего папы. Выходя из подъезда своего дома, я тут же теряюсь в пространстве. Хотя живу тут уже больше 10 лет. С такой вот «фишкой» далеко не уедешь...

И не смотря на мою уверенность в том, что я бесплодна, я получила возможность узнать, что такое быть мамой. У меня была девочка. Очень добрая и терпеливая девочка! Которая любила меня просто так. И принимала меня, прощала мне мой

характер. Девочка, которую я сумела полюбить, как мне казалось, по-настоящему. А потом и потерять ее...

В этом мой урок? Узнать, что это такое — любить? Узнать, как это больно, когда теряешь того, кого так любишь? Это так жестоко! Поверить в то, что ты сможешь и в итоге на полной скорости врезаться в стену. Что я должна была понять о семье в этой жизни? О том, что это нестерпимая боль? Так может и не зря я так боялась этого всю свою жизнь? Потому что моя душа знала об этой боли, которую мне предстоит пережить? Или я уже проходила подобное в прошлых жизнях и когда-то давно не смогла усвоить этот урок?

Что же это такое — семья?..

Любовь или Боль?

Сила или Жертва?

Надежда или Разочарование?

А может быть все сразу?..

Сейчас семья для меня — это только боль и опустошение. Это то, что я чувствую, услышав это слово. Моей семьи больше нет. Возможно, во мне говорит гнев, который я сейчас испытываю? Возможно, это временный этап?.. Но если сейчас спросить меня о семье, то внутри меня все снова перевернется от боли и ужаса. Как когда-то давно.

Но ведь было и много хорошего!

Саша поддержал меня в самые трудные периоды жизни. Поездка в Азию, когда мы узнали, что у меня рак и врачи объявили о метастазах в печени. Пару лет назад Саша взял на себя юридические сложности разрешения судебных тяжб по поводу ошибки Налоговой и моих «долгов». Он заботится обо мне как никто и никогда не заботился. И я благодарна ему... А как нам было всегда весело всем вместе! Мы постоянно смеялись! Без конца, шутки-прибаутки!

И это сладкое чувство, как будто все во мне сначала сжималось сладким нетерпением, когда Соня бежала ко мне что-то рассказать или обнять меня. А потом внутри все взрывалось чистой радостью, когда я обнимала ее и слышала звук ее сердца, прижавшись к ее пузику. Разве могу я забыть об этом? Было так много хорошего! Так много радости и любви!

Я только знаю, что сейчас, на этом этапе, нельзя принимать каких-то серьезных решений. Ни сейчас, ни тем более, на этапе депрессии. Сознание сейчас слабое, оно утонуло почти, на поверхности только боль. А боль и страх — плохие советчики.

Если мы пройдем это вместе и дойдем до этапа смирения и надежды на новую цель в жизни. И тогда поймем, что и цели, и пути к ней у нас разные, то тогда можно отпустить друг друга с благодарностью и любовью и идти дальше каждый своим путем. Но сейчас... Сейчас, наверное, наша маленькая семья из двух человек нужна нам?..

К сожалению, я боюсь, что я снова не пройду этот урок. Иногда мне кажется, что я не справлюсь...

14 июля 2022

День 80. Испорчено

Мы торопимся. Нам нужно уезжать. Последние заказы для главного Дня Прощания вот-вот будут готовы. Ждём печать наших фотографий. Ждём последние шкатулки.

Передала мастеру три шкатулки на перекраску. Не тот цвет. Одну, самую важную, пришлось вообще переделать полностью. Она так для меня важна, потому что в ней будут жить мои сокровища — Сонины вещицы, которые хранятся у меня с самого ее рождения. Так вот, этот сундучок сделали не из того материала, не того цвета, не такого размера, ещё и с кривым дизайном на крышке...

Увидев эту шкатулку, я проплакала полночи. Мне было так жаль, что реальность совсем не совпадает с тем, что я видела в своей голове! Потом я поняла, что я не хочу видеть все эти недостатки, каждый раз, когда я буду брать ее в руки. Признаться, я и в руки то не хотела ее брать... И я решила заказать новую.

Четко описала ТЗ мастеру. До миллиметра вымеряла элементы дизайна в макете. Долго выбирала цвет дерева. В итоге решили даже привезти мастеру альбомы, чтобы она могла ориентироваться на них, выбирая цвет.

Обговорили с мастером сроки изготовления. 2-3 дня. Нормально. Успеваем.

Следующий день — забираем готовые отпечатанные фотографии в «Ярком мире».

Приезжаем в фото-маркет, и я вижу, что на каждой фотографии кривая рамка. Как будто пьяный лесоруб резал фотографии в крошечной тьме. На добавление аккуратной, ровной белой рамочки в фоторедакторе, я потратила лишние 2 недели... Я расстроена. Саша тоже. Две недели потрачено зря. Почти 1000 фото выкинуть в мусорку?

Работник фотوماгазина очень сожалеет, пытается помочь и предлагает бесплатно перепечатать все, если руководство даст согласие. Или вернут деньги. Нет! Зачем возвращать деньги? 2,5 месяца работы, море слез, бессонных ночей и 20 000 рублей... Конечно, нужно перепечатать заново!

В итоге, спустя пару часов переговоров, руководство «Яркого Мира» соглашается перепечатать брак бесплатно. Но, то ли в фото-маркете бумаги не хватает, то ли возможности техники не позволяют, наш заказ отдадут перепечатывать двум разным фото-точкам. Не страшно, лишь бы сделали!

В итоге, спустя еще сутки, первая часть заказа готова. Рамки есть, они, конечно, кривые, но это уже не пугает меня, я готова подрезать каждую из 888 фотографий... Но рамки оказались меньшим из зол... Цвета и качество печати настолько ужасны, что брать в руки и уж тем более, клеивать этот кошмар в красивый семейный альбом просто невозможно. Я так расстроилась из-за кривой обрезки, что не обратила внимание на качество снимков...

Снова проплакала полночи... все испорчено! Наши прекрасные, яркие, красочные снимки превратились в желто-зелёное болото. Моменты радости и счастья, которые превратились в унылое, размытое нечто.

Утром следующего дня я обрезала рамки у этих фото-инвалидов и думала: «Прям моя жизнь... чтобы я ни делала, как бы не пыталась, в итоге все равно получится такая вот серая гадость.» Примерно на 90-ой фотографии сломались ножницы... и я расплакалась...

Я собралась в канцелярский магазин за новыми ножницами, уже взяла ключи, чтобы закрыть дверь, но вспомнила, что забыла телефон. Вернулась в комнату и взглянула в окно. И увидела, что в эту же минуту за окном начался настоящий ливень! Так... придётся ждать когда он кончится...

И тут приехал Саша.

И привёз остатки фотографий из Яркого мира. Эти фотографии были ярко-красные. Как будто мы все сгорели на солнце раз и навсегда. Отличная композиция! Слева зелёное болото, справа красное безумие...

— Посмотри... тут у тебя то ли анемия, то ли отравление (показывая на фото с серо-зелёным тоном), а вот тут ты как алкоголик потомственный. С таким знатным красно-синим носом... (показывая на фото с красным тоном).

Так это выглядело. Особенно жутко это стало выглядеть, когда 2 схожие фото разного формата должны были располагаться в альбоме рядом. Зелёный особенно невыгодно подчеркивал красный...

Все испорчено... все было зря... ничего у меня не выйдет... я сидела и просто смотрела в пол... Саша спросил меня:

— Что я могу сделать?

— ... Ничего...

— Что ты хочешь, чтобы я сделал?

— .. Ничего... тут уж ничего не поделаешь...

Под вечер я написала мастеру, не готова ли моя шкатулка, ведь прошло уже три дня с момента заказа. И что же оказалось? К ней никто так и не притронулся... И более того, даже не планировалось приступить к работе! Оказывается, мастер забыла меня предупредить, что у неё нет какой-то специальной краски, которой она планировала перекрасить три мои шкатулки. Она ждала эту краску в начале следующей недели. И возможно... только возможно! получится ее изготовить к концу следующей недели.

Моему возмущению не было предела! Как же так?! Ведь мы оговорили сроки и мастер обещала выполнить заказ за три дня! Сначала она вообще отказывалась признавать, что мы обсуждали сроки. Только после того, как я переслала ей её же сообщение, она признала, что ошиблась. А по правде сказать, просто забила... В итоге я потребовала срочно сделать то, о чем мы договаривались. Перекраску шкатулок отменить, раз нет какой-то специальной краски.

Устала нервничать... устала от разочарований. Устала от обломов...

Решив немного отвлечься, я налила себе горячего чая. Взяла последнюю конфету. Финик в шоколаде с цельным миндалем в качестве начинки... Откусила... и ползуба осталось в моей руке... вот это настоящий облом!

Этого мне только не хватало... я сломала зуб об конфету...

Не день, а безумие какое-то... Время ещё только 10 вечера... позвоню своему стоматологу... может она примет меня?.. Уф... примет, хорошо, что она в городе и не ушла в отпуск. Но примет только завтра... значит буду ждать до завтра...

Вот такой сегодня был день. Может завтра будет лучше?..

15 июля 2022

День 81. Но поправимо

Утром я продолжала пытаться сломанные ножницы. Я обрезала рамочки у зелёных фотографий. Красные тоже были на очереди.

«Что ж делать... жизнь она такая, не идеальная. И я не идеальная... и буду радоваться и такому. Легко любить то, что прекрасно само по себе... а ты попробуй, и полюби вот такую, свою не идеальную жизнь...» — так думала я, пока отрезала одну за другой кривую рамку то у зеленых, то у красных фотографий.

А потом приехал Саша. И привёз из типографии большой лист, на котором я увидела наши фотографии. Наши красивые, яркие, красочные фотографии! Именно такие, какие они и были на самом деле!

— Тебе нравится? — спросил Саша

— Ну конечно! Конечно! Очень нравится!

— Ну и хорошо. Значит нам напечатают наши фотографии в типографии и аккуратно подрежут так, как ты и хотела. С аккуратной белой рамочкой в 2 миллиметра.

А потом позвонили из стоматологии и предложили мне приём в 18:00. Ну и хорошо! До вечера я делала видео-открытие. А потом мы поехали в стоматологию. И Катя, мой стоматолог починила мне мой зуб. Я снова могла говорить и улыбаться!

К вечеру Саша привёз все наши фото, отпечатанные в новой типографии. Яркие, красивые фото, на плотной фотобумаге с ровной белой рамочкой. Мы с Сашей не выглядели на них как жертвы отравления или алкоголизма. Мы были счастливые и красивые. И на всех фото улыбалась и смеялась Соня. И ее личико было светлым, а глазки ясные!

В этот же день мастер написала, что моя шкатулка готова. И Саша привёз ее мне. Она была нужного цвета, размера и дизайн на крышке был точь-в-точь как я хотела. Я сложила в неё все мои сокровища, которые остались у меня от Сони. Новая шкатулка была идеальным домом для них!

Это был хороший день! Все закончилось хорошо! И все благодаря Саше...

Все можно исправить. Все поправимо. Надо не забывать об этом. Даже когда кажется, что это не так и выхода нет. Я так долго и так часто действовала из страха и уныния, что все плохо и лучше уже не станет...

Станет. Обязательно станет! Все поправимо! Пока мы еще живы.

16 июля 2022

День 82. Театр

Нам даётся тело, сознание, ум, эго.

Это тот неизменный набор личности, который мы получаем, родившись на Земле. Кроме этого, у нас есть кое-что ещё. Очень давно ученые взвесили душу, определив ее вес — 21 грамм. Именно столько весит душа. Эти 21 грамм определяют наш темперамент. Нашу внутреннюю силу. Наше предназначение.

Но бывает очень интересное сочетание качеств души и тела. Например, сильные, мудрые души часто выбирают очень трудные уроки. Сильный духом человек может воплотиться в теле инвалида. И душа вынуждена справляться в таких не простых условиях. Ей бы горы сворачивать, судьбы мира менять, а тут ног нет... или неизлечимая болезнь, которая мешает сделать простейшие бытовые вещи самостоятельно.

Бывает так, что душа выбирает сложное тело в плане физиологических и ментальных особенностей. Например, тело, «наделённое» врожденной зависимостью от алкоголя, еды или наркотиков, тело, «отягощенное» нервными расстройствами, чрезмерной агрессивностью, или ментальной ленью ума. И со всеми этими ограничениями душе тоже приходится справляться. Она, по сути, заключена в это тело, как в тюрьму, и ей приходится решать свои уроки с повышенным уровнем сложности.

Иногда мне кажется, что наши души, будучи дома, в другом измерении, или как принято иногда говорить, «на небесах», выбирают себе тело, с учетом своих нерешенных ещё пока уроков. Этот особенный умственно-телесный набор с его трюнками, причудливыми формами и ограничениями похож на сценический костюм. Душа надевает его перед тем, как выйти на сцену и сыграть свою роль. Только разница в том, что никаких репетиций тут нет. Нет вторых шансов. Зато тут есть пространство и время. И поэтому сыграть нужно с первого дубля.

И как ты сыграешь свою главную роль на этой сцене? Ведь ты и твои родственные души знали заранее этот общий сценарий. Знали роли, которые вам всем предназначались. Но попав сюда, мы все это забыли. И теперь нужно отдаться интуиции, слушать сердце и искать своё предназначение.

А как же сыграть хорошо? Как прожить эту жизнь так, чтобы потом, как говорят, не было мучительно больно? И не пришлось бы начинать все сначала, но уже в более непростых условиях.

На нашей последней встрече Анна, рассказывала мне о том, как она первый и единственный раз обратилась к духовному отцу в церкви в самый трудный для себя момент жизни. Она терзалась сложными вопросами, которые, наверное, одолевают всех родителей, потерявших своего ребёнка: «Почему это случилось?», «Почему это случилось именно со мной?», «Я ведь не такой плохой человек, разве я заслужила это?!». И она получила необычный для священнослужителя ответ на свои вопросы: «Почему Вы так уверены, что мы приходим в этот мир, чтобы страдать? Чтобы испытать влияние кармы или какого-то другого возмездия? Вовсе нет. Мы приходим в этот мир, чтобы быть счастливыми. Чтобы учиться радости.»

Мы живем, играя свою лучшую роль. Как хороший актёр мечтает о самой трагической роли, чтобы пережить все эти эмоции, прожить эту маленькую жизнь на сцене, так, возможно, и наши души иногда выбирают для себя не простой сценарий жизни на Земле?

Здесь мы — главные герои в своей лучшей пьесе. И чтобы научиться своим главным жизненным урокам, нужно быть готовым ко всему. Любить, страдать, отпустить, ненавидеть, прощать. И главное — принимать. Принимать тот факт, что жизнь не поддается логике. Что иногда страшные вещи случаются. И иногда они случаются с очень хорошими людьми. И мы не можем это изменить.

Мы не можем исправить прошлое. Но мы можем меняться и быть сейчас. Пока живем в этом самом моменте. И то, какое решение мы примем сейчас, повлияет на то, какими мы будем завтра. И я верю, даже в следующей жизни! Я оплакиваю прошлое. Его не вернуть. Такие уж условия. Время и пространство, никуда от них не деться. Но я могу постараться делать то, что должно, имея то, что имею сейчас. Никакого суфлера нет. Есть главная подсказка, которая «работает» всегда. Любовь.

Такая разная, такая сложная, но такая прекрасная жизнь на Земле. Но ведь на этом все не заканчивается. В итоге мы встретимся там, куда так стремится наша душа. Там, где она чувствует себя «как дома».

Там, где нет ни времени, ни пространства. Где есть живая энергия, связь, которую ты чувствуешь со всеми, и главное, с Источником. Там, где живет любовь, там, где Истина.

17 июля 2022

День 83. Красивая девочка

Всю прошлую ночь я сортировала фото по альбомам. Опять легла в 4:30 утра. Но оно того стоило.

В итоге у нас будет 5 больших фотоальбомов. Каждый альбом по 50-70 листов. Первым я планировала сделать альбом, который я подарю своим родителям. В память об их любимой внучке. Остальные я заберу в Анапу и продолжу работу по оформлению уже там. Но так как у меня ещё впереди много работы по видео-открытке, мне вызвался помочь Саша.

Сегодня он начал вклеивать фото в первый альбом. Работа заняла у него целый день. Он плакал, но продолжал делать эту не простую работу. Ему было трудно, и я это видела и слышала. Он часто уходил в ванную, чтобы умыться, потому что слёзы мешали ему работать. «Какая она красивая!» — часто говорил он, когда не плакал. Я несколько раз пожалела, что передала ему эту сложную работу. Но он отказывался прекращать. И к вечеру альбом был готов. Он сделал это.

«Вот и вся жизнь... уместилась в один альбом...» Да... хоть в один альбом, хоть пять... я тоже думала об этом, когда искала, обрезала и делала цветокоррекцию каждой фотографии. Когда размещала их в макете будущих альбомов. Тысячи фото, мегабайты видео, милые открытки, ее любимые игрушки, вещи, которые до сих пор я ни могу не убрать, ни уж тем более отдать или выкинуть. И вряд ли стану это когда-либо делать...

Вот и все... все что осталось нам после ухода Сони...

Моменты радости, которые теперь запечатаны в этих вещах, сделанных с душой в память о том, как мы были счастливы вместе. Я не хочу забывать никогда. Я хочу помнить ее. Такой счастливой, веселой и красивой девочкой. Нашей красивой девочкой.

Скоро мы поедem к бабушке и скажем ей последнее «Прощай». Это так тяжело... надо терпеть. Надо продолжать. И мы продолжаем...

18 июля 2022

День 84. Небесная Почта

Я снова стала бояться, что я перестала слышать Соню. Перестала улавливать ее знаки. А что, если она так обижена на меня, что не хочет приходить ко мне? Не хочет говорить со мной? Или она занята?.. Ведь там, на небе столько всего интересного! А может она просто не может? А может, это я не могу ее слышать, потому что очень примитивна в своём духовном развитии?

И тогда я подумала: «Хорошо бы существовала такая Небесная Почта! Чтобы можно было отправлять послания своим любимым на небеса. Напишешь свой вопрос и отправишь волшебным письмом на небо. И через некоторое время ты бы находил ответ!»

Хм.. а что, отличная идея! Почему бы мне не создать свой почтовый пункт? Как раз недавно мне пришёл заказ с очень красивой фоторамкой. Частью композиции была небольшая стеклянная бутылочка. В неё можно поставить веточку сухоцвета... а можно... написать своё послание на бумажке, скрутить ее в аккуратную трубочку и положить внутрь этой бутылочки. Почти как морская Почта. Только она не морская, а Небесная!

И я так и сделала. Я долго думала, чтобы бы я спросила у Сони, если бы мне посчастливилось задать всего один единственный вопрос. И я решилась. Я написала свой первый вопрос на бумажке:

«Бусинка!
Как ты там? У тебя все хорошо?
Мама.

P.S. Я люблю тебя!»

Я скрутила бумажку с вопросом, и прежде, чем положить ее в бутылочку, я попросила святую Софью передать мое послание моей доченьке на небеса. Так я легла спать в надежде, что однажды я увижу, услышу, почувствую ответ на свой вопрос.

Проснулась я поздно. Режим дня мой сбился окончательно. Как и обычно, я совершала свою привычную последовательность действий: выпить кофе, умыться, принять душ, заправить кровать...

И тут я услышала... Первые строчки стиха! Я ведь не пишу стихи. И никогда не писала. Даже не чувствовала такой необходимости. Я все больше по рисункам... А тут прям я почувствовала, что я хочу его записать!

И я его записала:

Когда я стану морем.

Когда я стану морем,
Я буду плыть спокойно.
Я стану рыбкой может,
Или морским коньком!

И солнышко согреет
В июльский жаркий полдень,
Я стану мягким паром
Средь белых облаков.

А чтобы не грустили,
Я радугою стану,
И ярким светом солнца
Привет вам передам.

Увидишь ты однажды
Меня дождливым утром,
Всего лишь на минутку,
Взглянув на небо вдруг.

«Я тут! И я в порядке!
Я счастлива, свободна!
Живите! Будьте вместе,
Люблю вас и.. пока!»

И я поняла!
Это и был ответ на мой вопрос!
Спасибо, Бусинка! Спасибо за твой ответ!

Сегодня перед сном я положила в бутылочку новый вопрос...
Может мне повезёт ещё раз?..

19 июля 2022

День 85. Все готово

Сегодня я закончила все приготовления к нашей поездке и к Дню Прощания с Соней. Фотоальбом для бабушки готов, остальные альбомы и фото для них уже упакованы. Памятные подарки, гирлянда тоже упакованы. Видео-открытка готова. Не идеальная. Но все равно красивая. Я даже использовала в открытке стишок, который, как мне бы хотелось думать, мне вчера подарила Соня.

Я даже собрала последние волоски с Сониных расчесок, которые привезла из Анапы. И сделала для бабушки маленькую рыжую порядочку в специально купленной для этого шкатулочке-ракушке.

Саша помогал мне во всем. Последние дни мы вместе готовились. Морально и физически. Очень тяжело. С каждым этим действием, с каждым часом ты все ближе к осознанию того, что она уходит и больше ты никогда ее не увидишь. По крайней мере, в этой жизни.

Мой последний вопрос, который я оставила в своей портативной Небесной Почте, так пока и остался без ответа... Я гуляю, смотрю по сторонам... но пока не нахожу ответа. Во снах тоже пусто.

Правда было пару милых моментов!

Например, мы шли домой, и я увидела белого голубя. Саша сказал, что тоже видел его с утра. Потом мы пошли в ресторан, чтобы просто отвлечься. И там девушка-официант, которая просто проходила мимо, взглянула на меня и сказала: «Вы очень красивая!» Я растерялась, поблагодарила ее. И вспомнила, как Соня мне говорила: «Мама, ты красивая!» А потом я возвращалась домой одна. Саше нужно было уехать по делу. И за мной шла семья — Мама, папа, и девочка двух-трех лет. Она ехала на маленьком управляемом велосипеде. У Сони был такой же в детстве. Я придержала им дверь в подъезд, а затем и в лифте.

Уже в лифте девочка долго смотрела на меня своими большими глазёнками. Я улыбалась ей. И потом она тоже улыбнулась мне. И вдруг она замахала мне ручкой в приветственном жесте. Часто-часто. «Привееееет!» Совсем как Соня когда-то... Я еле сдержалась, чтобы не расплакаться...

Может это были ее светлые знаки?

20 июля 2022

День 86. Мамина любовь

Мы собираем вещи сегодня. Завтра рано утром мы планируем выезжать в Анапу. Там нас ждут мои родители. Не только они. В 100 км от Анапы, в городе Керчь, что в Крыму, Сашу ждёт его Мама.

Это то, что беспокоило меня очень сильно на протяжении всех последних пяти месяцев. Злость. Гнев. Обида. Разочарование. Это то, что сейчас я чувствую по отношению ко всей Шашиной семье...

Саша планировал поехать на встречу со своей мамой один. Он хотел спросить у неё, почему за 5 месяцев этого душевного ада, она ни разу не выслушала и не поддержала его. Почему никто из его семьи — она, Сашин брат и отчим, не позвонили и не выразили своих соболезнований? Почему они звонили как ни в чем не бывало только за тем, чтобы снова попросить о какой-то бытовой помощи? Мне так же никто из них не позвонил... Да, я не из их семьи... но ведь это простое человеческое сочувствие... Ведь я не чужой им человек... я мать их внучки... хотя бы выразить соболезнования?.. Почему так?

По той же причине у меня больше нет желания общаться со своими бывшими друзьями — Даней и Леной. Потому что никто из них не выразил соболезнований, узнав о случившемся. Лена, узнав, вывалила мне свою боль, а Даня вообще так и не написал и не позвонил ни разу.

Что это? Трусость? Чёрствость? Глупость? Слабость?

Что это означает? А может все вместе?

Я понимаю, они мне все же относительно чужие люди. Хотя это ведь я их и познакомила... а с Даней мы дружили лет 20...

А тут семья...

А семья ли это?

Разве можно назвать семьей людей, которые в самый сложный и трудный момент отворачиваются и просто проходят мимо? Просто потому, что не хотят видеть и признавать плохие новости. Потому что миф о том, что «у меня все хорошо» важнее человеческой боли? Боли твоего родного сына.

Я не могу этого принять и понять...

И я поняла, что это будет мучать меня до конца моих дней, если я не разберусь с этим. Саша поедет, попытается задать свои вопросы. Получит ответы на них. Даже если его Мама, как и всегда, не захочет это вообще обсуждать. Это тоже будет ответ. Но я так и останусь в растерянности. На пару со своей злостью.

И я попросила его взять меня с собой. Саша сначала не хотел. По обычному сценарию, он пытался сгладить углы. «Ну, я просто хочу побыть там пару дней, понаблюдать за мамой, дать ей время...» - как он сам мне сказал.

— Дать время??? Пять месяцев прошло! — я злилась и понимала, что Саша и сам сейчас очень боится увидеть правду.

Сколько ей нужно времени, чтобы признать, что у сына горе и ему нужна материнская любовь.? Не наигранная доброта, ни суп с котлетами! А материнское объятие, доброе слово, мамина поддержка. И надежда на то, что она рядом. Когда это будет нужно сыну.

Мы говорили с Сашей до 3-х утра.

Я попыталась объяснить ему, что больше всего я боюсь, что мы с ним потеряем друг друга. Сейчас это особенно меня беспокоит. И я боюсь, что он, решив для себя вопрос со своей семьей, останется с ними. А я нет. И ему придётся скрывать это от меня, прятаться, если его Мама позвонит ему по своей очередной дурацкой просьбе. А ему будет не ловко признаваться мне в этом, и он будет это скрывать. Я не хочу, чтобы это было между нами. Потому что сейчас именно так и происходит. Ему стыдно за свою мать и он, испытывая разочарование, ещё и вынужден врать мне. Я вижу это и мне становится так мерзко... и я злюсь на его мать ещё больше!

И Саша признался, что и сам давно думает о том, что у него давно нет контакта с его семьей. Что его мама никогда не звонит ему, чтобы узнать, как его дела. А звонит только когда она или его отчим в очередной раз что-то сломали на своём компьютере. Ну, раз Саша его купил, то пусть и помогает. Видимо такая логика?..

И его брат... он тоже звонит только тогда, когда ему что-то нужно.

Последний раз, когда он звонил Саше — на следующий день после гибели Сони. Разве он позвонил, чтобы выразить соболезнования, узнать к у нас дела и поддержать родного брата? Нет. Он в очередной раз забыл найти и купить жизненно важное лекарство для своей дочери. И как и много раз до этого, срочно и в последний момент он позвонил и попросил сделать это Сашу... Когда я поняла это, меня просто затрясло от гнева... Саша пытался это скрыть. Ему было горько и обидно. Но он выполнил просьбу брата.

И в итоге он понял меня и согласился взять меня с собой.

Мы решили, что я не буду присутствовать во время их разговора с мамой. Я постараюсь молчать. Постараюсь сдержаться, даже если буду очень разочарована, и буду очень злиться. Мы договорились, что во время их разговора меня не будет. Я уйду посидеть на пляже, где когда-то купалась Соня.

Я надеюсь, что мне достаточно будет взглянуть на Сашину маму. Чтобы все понять. Чтобы гнев и злость перешли в новую стадию. Я злюсь, потому что не понимаю. Я хочу понять. Простить? Нет. Понять. Чтобы успокоиться. Чтобы написать ответ — почему она поступила так и продолжает это делать до сих пор.

«Зачем нужна такая семья?» — спросил меня сегодня Саша. Я не могу ответить на этот вопрос... И я сама хочу найти ответ на него...

Впереди нас ждет дальняя дорога, и затем такой трудный день. Нам предстоит навсегда попрощаться с нашей девочкой... И я боюсь, что Саша вернется не только попрощавшись с дочерью, но и со своей мамой...

21 июля 2022

День 87. В дорогу

Сейчас 00:15. Вещи собраны, все упаковано. Планируем завтра встать пораньше, быстро собраться и в дорогу. Сегодня был один из самых тяжелых дней за последние месяцы. Я не знаю почему. Почему слезы текут не переставая. От слез уже болит кожа и не проходит головная боль.

Наверное, это от осознания, что это конец?.. Я закончила все что планировала подготовить к Дню Прощания. Все это время подготовки, я как будто обманывала себя, что делаю что-то для Сони... Как когда-то, когда я готовила для неё школьные презентации или готовила подарки и рисовала открытки для учителей. Во всей этой подготовке я нашла долгосрочные и такие важные для себя причины проспать и встать с кровати и делать что-то. И теперь, когда все готово, ничего больше не осталось. Нет больше смысла ни в чем.

Но ведь это ещё не все. Самое трудное ещё впереди. И теперь особенно нужно держаться до конца. До самого конца, когда мы отпустим Соню на свободу.

Я знаю, что это нужно сделать. Но я боюсь. И я не хочу прощаться. Но я сделаю это. Потому что так нужно. Яхта забронирована. Подарки упакованы, прощальные подарки и последнее видео уже ждёт своего часа.

Что будет потом? Я не знаю.

Сейчас, как обычно, перед сном я помолилась святой Софье. Написала на бумажке послание для моей Сони, положив его в мою импровизированную Небесную Почту. В этот раз никаких вопросов. Только записка, где я пишу, что я ее очень люблю и прошу у неё прощения.

Ложусь спать. И завтра будет целый день в дороге.

22 июля 2022

День 88. Покалеченные

Однажды на встрече с психологом Анной, я сказала ей, что хороший психолог — это призвание. И хотя эта профессия и стала популярна последние годы, очень редко случается, что желание быть психологом и возможности эмоционального интеллекта, желающего совпадают. В эту сферу нужно идти не потому, что это модно и не потому, что поле деятельности и специфика работы обещает легкие деньги, не выходя из дома.

На это Анна сказала, что, к сожалению, или, к счастью... в психологию идут люди, которые прежде всего хотят справиться со своими психологическими проблемами. То есть, чтобы помочь себе. И редко когда ради того, чтобы помогать другим. Потом да, может быть. Но изначально ради помощи себе.

Недавно мы с Сашей начали снова смотреть один из своих любимых сериалов «Доктор Хаус». Один из персонажей, молодая девушка-врач, помощница главного героя — талантливого врача-диагноста со сложным характером. Ее мучило любопытство, почему именно ее выбрал в свою диагностическую группу ее наставник. Да, она не плохой специалист. Но не лучший. Средний уровень медицинского образования, не лидер по успеваемости. Он ведь мог взять более способного врача себе в помощь. Почему она? И на ее вопрос, Хаус ответил просто: «Ты красивая».

Комплимент в любом другом случае, в этот раз такое объяснение вызвало бурю негодования у молодой, амбициозной девушки. Она требовала пояснить его странный выбор. И он ответил: «Красивые девушки не идут просто так в медицину. Ты могла бы выйти успешно замуж, могла выбрать что-то попроще. Но ты решила стать врачом. Значит с тобой что-то не так. Ты покалечена. Не внешне, нет. Внутренне.»

И именно это Хаусу и было интересно в этой симпатичной девушке. Покалечена внутри. Это та сила, которая двигала ею, пока она училась в медицинском. Это та сила, которая будет двигать ею дальше в процессе медицинской практики в клинике. Что это? Пока не известно. Эту головоломку ему ещё предстоит разгадать.

Выходит, что иногда внутренняя душевная травма формирует человека и определяет выбор его жизненного пути? И возможно, такие вот «покалеченные» люди делают осознанный или неосознанный выбор, руководствуясь своей «травмой» и желая ее излечить? И если бы не эта травма, то это было бы совсем другое решение и жизнь была бы прожита иначе? Не хуже и не лучше. Просто иначе.

Возможно, человек бы даже прожил спокойную, не обременённую проблемами и трудными выборами жизнь. Но он бы не прошёл свой главный урок. Тот самый, за которым пришла на этот свет его душа?

23 июля 2022

День 89. Добрый конец

Я все думаю, зачем же я родилась в этой жизни? Неужели для того, чтобы родить девочку, довести ее до суицида, а потом до конца своих дней мучиться от чувства вины?.. Неужели вот такая вот моя жизнь?

Что ещё теперь я могу сделать?

Может в этой жизни я должна прочувствовать, что такое потеря того единственного, кого на самом деле любила? Может в прошлой жизни я убила кого-то? Или сама совершила подобное и теперь на собственном опыте должна пережить весь этот ужас? Как бы я хотела знать ответы на эти вопросы... Но я их не узнаю, до тех пор, пока не придёт мой час вернуться домой.

Раньше меня пугала мысль о том, что однажды я умру. Как же так?.. я умру?.. а все останется? Этого как будто не может быть! Ведь я не смогу осознавать, не смогу видеть все это вокруг... а значит... и мира как будто не станет?.. Природный, даже какой-то животный страх смерти жил во мне с момента осознанного детства. Я рано стала думать об этом. И этот страх не покидал меня.

Теперь я молюсь о скором, добром конце. О добром ответе на Страшном суде. Это строчки из молитвы святой Софье. И, мне кажется, я как никогда понимаю их смысл. И каждый вечер искренне прошу об этом святую Софию.

Я жду и надеюсь на свой добрый конец. Ведь тогда я увижу ее и все-все пойму.

Можно ли желать и просить у святой своей смерти в молитве? Я не знаю. Ведь эти слова придумала не я. Я всего лишь нашла их в старом православном молитвеннике, и они показались мне такими умиротворяющими и правильными.

Теперь я не боюсь смерти. Не вздрагиваю, когда на большой скорости на нас надвигается огромный тягач. Наоборот, думаю с улыбкой: «Это оно? Хорошо!» Но в последний момент Саша видит риск, аварийную ситуацию и отворачивает руль или нажимает на тормоз.

Memento Mori... помни о смерти. Проживая каждый последний день своей жизни. Зная и помня о том, что в итоге, в самом конце, тебе одному держать ответ за все свои ошибки, ты проживешь свою жизнь иначе.

Что осталось здесь для меня?

Каков мой дальнейший путь?

Как его понять? Как его увидеть? И есть ли он?

Может его и нет вовсе?

Может остаток жизни — это искупление? Вина, сожаление и печаль?

И есть ли он в итоге — этот добрый конец? Или это будет очень печальная история о злом человеке, который получил по заслугам?

24 июля 2022

День 90. Злость

Я жду для себя внутри какой-то отклик.

Я хочу надеяться, что я ещё смогу сделать в этой жизни хоть что-то хорошее и полезное. Я пока не знаю что. Но я очень хочу узнать.

Соня изменила меня. Когда была жива, она меняла меня. Каждый день. Ее смерть перевернула все. Это очень болезненные перемены, но видимо, совершенно необходимые.

Иногда я думаю, что хотела бы помочь тем детям и их родителям, которые оказались в похожей ситуации, но в критический момент, в отличие от меня, им обоим хватило сил и любви не довести все до трагического конца. Возможно, мама оказалась добрее и мудрее, а ребёнок не был так запуган и подавлен чувством вины и навязанными комплексами. И возможно, ситуацию удастся разрешить еще на этапе детских мыслей о безвыходности и суициде.

Но потом я замечаю, что невольно отворачиваюсь, когда вижу заголовки книг, обучающих тренингов или учебные университетские программы, где есть хоть намёк на раннее детское воспитание и развитие. Может это из-за горечи и сожалениях о том, что сама я все делала неправильно? И целых 11 лет я вела своего ребёнка к этой страшной ночи? Я не смогла помочь своему ребёнку. Так о какой помощи другим детям я могу думать?

Иногда я наблюдаю за людьми вокруг. Вчера видела одну семью. Мы остановились на стоянке отдыха, чтобы перекусить. Впереди был долгий путь. За соседнем столиком расположились мать и сын. Сыну — лет 16-17. Матери около 45-50 лет. Они путешествовали вдвоём и судя по номерам машины, тоже ехали из Питера. Сначала я подумала — как здорово, какая самостоятельная и бесстрашная женщина! Вскоре я заметила, как тщательно мать готовила стол для завтрака. Бутербродики, напитки. Не меньше 10-15 минут она потратила на то, чтобы приготовить «полян» к трапезе.

Финалом этой подготовки стал жест, который в итоге и заставил меня перевести своё внимание на сына. Она сунула бутерброд в руку половозрелому дылде... Он — высокий, сутулый, прыщавый юнец, без тени смущения поедал свой бутерброд, уставившись в одну точку. Пустыми, безразличными глазами он смотрел перед собой, поглощая свой завтрак. «Может он отсталый?» — на секунду подумала я... Нет, с ним все в порядке. Кроме того, что с малых лет у него была ампутирована воля и поэтому, вероятно, так и не успел родиться характер.

Я смотрела на этого жалкого и по виду, уже скорей всего, несчастного будущего мужчину. Каждый его жест, поза, скрюченная спина и опущенные плечи, одежда, причёска, прыщавое лицо, а самое главное бессмысленный, безучастный взгляд — все это как будто говорило: «Я — неудачник».

Брезгливость. Вот что почувствовала я. Представив его старше, а потом его будущую жену, скорей всего такую же никчемную и несчастную с самого детства. Наверное, у них даже будут дети...

И тогда я снова посмотрела на мать. Она была довольна. Сыночка покушал. И тут я почувствовала такую волну злости и презрения, которая поднималась внутри меня! Да. Она во мне. Она никуда не делась...

И я все ещё не могу принять и понять эту слабость. Женскую слабость, которая проявляется в якобы благостном желании позаботиться о своей кровиночке. А на самом деле — всепоглощающая зависимость, вампиризм. Страх остаться одной. Страх оказаться не нужной. И попытка сделать все возможное, чтобы только хоть кто-то был рядом. Даже если это взрослый сын, которого она лишила шанса быть

сильным и самостоятельным. И поэтому, лишённого шанса быть счастливым. Это как отрезать ноги своему ребёнку, чтобы он никуда от тебя не ушёл!

И я поняла, что это не просто абстрактная злость на матерей или их бесхарактерных сыновей, будущих никчемных мужей и отцов.

Это снова, но так скрыто, проявляется моя злость на Сашину маму... Я надеюсь, что в скором времени я смогу разобраться с этим. Эта злость очень мешает мне, она разъедает меня изнутри.

Сегодня утром мы едем в Керчь. И там я надеюсь, я смогу решить эту трудную для себя задачу.

25 июля 2022

День 91. Жалость

Вчера мы побывали в Керчи. Я поехала туда вместе с Сашей, чтобы увидеть его маму и попытаться отпустить разъедающее меня изнутри чувство злости и осуждения.

Ещё я хотела побывать в тех местах, где бывала Соня и где она была так счастлива, где она играла и веселилась. Верёвочный парк, фонтаны и стеклянный мостик, пляж, где она купалась вместе с московской подружкой Ксенией.

Пока мы ехали, я чувствовала, что боюсь. Боюсь, что я приближаюсь к отправной точке, после которой не будет возможности вернуться или отыграть все назад. Вдруг я не справлюсь? Вдруг меня разорвёт изнутри моя злость и я скажу ужасные, обидные слова Сашиной маме? Вдруг из-за своей злости и жестокости я потеряю все хорошее, что у меня пока ещё осталось?

Вот уже знакомые веста. Вот тот самый дом, в котором мы жили пару раз вместе с Соней, когда приезжали в гости к Сашиной родне в Керчь. Я уже вижу фигуру, которая направляется к нам. Это Сашина мама, она вышла, чтобы встретить нас. Тот самый момент. Вот я вижу ее. Она улыбается нам. Или мне показалось? Нет... она действительно улыбается. Почему она улыбается?... Она просто рада нас видеть.

Мы поднимаемся на нужный этаж. Да, та самая квартира. Полупустая и почти не пригодная для нормальной жизни. Как и всегда. Никто особо не вкладывался в

ее ремонт и не пытался ее как-то облагородить или сделать более уютной. Зачем? Ведь она пустует почти весь год. И двери ее открываются только летом, когда Сашина мама приезжает на лето отдохнуть на море. Владельцы ее, как и ежегодные гости никогда не были слишком придирчивы. Этого хватало, чтобы отдыхать и душой телом, ведь из окна на кухне открывался прекрасный вид на море, а до пляжа было всего 10 минут пешком.

Жарко. Очень жарко. Мы приехали в самый полдень. Прогулка до пляжа показала мне такой знакомой. Я иду одна. Саша остался наедине со своей мамой. Им нужно поговорить. Мы так и договорились с ним. Как только приедем, я уйду погулять на пляж. Я сижу на скамеечке, в воде играют дети и в основном пожилые люди. Многие родители отправляют своих детей отдохнуть с бабушками и дедушками. Я представляю, как вот тут, на этом пляже играла моя Соня.

Я вспоминаю короткие видео, записанные бабушкой. Вот она бежит по кромке воды, вот поднимается на небольшой холм, бежит вокруг и возвращается, счастливая и довольная! Она прибежала первая! Она победила! Бабушка поднимает ее руку в победном жесте: «Молодец! Соня — первая!»... Тут сделаны снимки с Ксенией, когда девчонки купались вместе и обнаружили большого и красивого богомола и бесстрашно усадив его на руку или даже на лицо, фотографировались с ним по очереди. Теперь эта фотография стоит у меня на прикроватном столике. Соня там такая счастливая...

Воспоминания прерываются сообщением от Саши: «Оля, все. Возвращайся.» Значит, они поговорили. И я возвращаюсь. Поднимаюсь, мне открывает дверь Саша и тихо, почти шепотом говорит мне на ухо: «Все хорошо. Ей не все равно. Она сожалеет о том, что не звонила мне и не поддержала.»

Что ж... наверное, это хорошие новости?...

Я иду на кухню, и там остаюсь. Я думала побыть одна, но ко мне приходит Сашина мама и мы остаемся с ней наедине. Сначала она молчит. Я молчу тоже. Чувствую, как будто ступор не дает мне сказать слово. Да и что сказать?

Молчание прерывает Сашина мама. Она говорит тихо, голос ее дрожит.

— Я все еще разговариваю с Соней... Как будто она еще жива. Я все никак не могу поверить, что это правда...

Я сижу тихо, глядя в одну точку. Я слушаю этот странный монолог, но не нахожу в себе ни желания, не возможности не только ответить что-то, но и просто взглянуть на нее.

— Простите меня... Простите... за то, что не поддержала, что не позвонила... Я столько раз пыталась, но тут же начинала плакать... И тогда я оставляла свои попытки, ведь так я могла бы расстроить вас еще больше. И за все эти месяцы, я

так и не решилась позвонить вам. — голос ее дрожит, и я уже слышу, как она начинает тихо плакать, утирая слезы.

Что я чувствовала в этот момент? О чем я думала? Ступор... все тот же ступор. Мой гнев внутри меня. Он почему-то превратился в замершее молчание. Не гневное, не осуждающее. Нет. Пустая тишина внутри.

Неожиданно для себя я вдруг взяла Сашину маму за руку. И просто держала ее за руку, пока она продолжала говорить что-то.

Мне было жаль ее. Я вдруг увидела ее такую маленькую, такую старенькую и такую слабую. Разве могла она быть сильной, стойкой, выносливой? Разве могла она закрыть широкой спиной от боли и печали своего ребенка? Нет... Это было невозможно... Ей и самой нужна была помощь и поддержка. Теперь я видела, что она не просто игнорировала произошедшее, не бездушно отвернулась от нас. Она сама была растеряна. Она не могла, не умела дать нам сил. У нее их просто не было. Так мой гнев на Сашину маму сменился... жалостью. Просто жалостью к слабому, маленькому человеку, для которого произошедшее было непосильной ношей, с которой ему было справляться намного тяжелее, чем мне или Саше.

После этого странного разговора я все еще была немного не в себе. Время от времени я впадала в полубессознательное состояние, смотрела в одну точку и плакала. Возможно, мой гнев так отпускал меня.

Потом мы смотрели старые семейные фотографии, которые показывала нам Сашина мама. Потом обедали все вместе. Как когда-то. Только без Сони...

Потом мы встретились с Сашинной двоюродной сестрой, Оксаной и ее дочерью Юлей. Ксюха — так мы всегда звали эту веселую и добрую молодую женщину. Мне всегда нравилась Ксюха, и мы всегда с радостью приезжали к ним в гости, когда бывали в Керчи. Но в этот раз все было не то и не так. Наигранная веселость сразу оттолкнула меня от нее. И я сразу закрылась в себе...

Мы поехали в парк, в котором играла и веселилась Соня. Там есть красивый стеклянный мост, парк с деревянными фигурами сказочных персонажей русских сказок, есть поющие фонтаны, там, где Соня любила играть. У меня даже есть видео и фото, где она пробежала сквозь эти фонтаны и вся мокрая, возвращалась, весело смеясь.

Я смотрела на все это, вокруг, чувствуя эту пустоту... Больше этого нет. Ничего нет. Ничего больше не будет... Я вдруг поняла, что сижу на скамейке, вся в слезах, глядя в одну точку. И вокруг никого. Кажется, все ушли? Ко мне уже шел Саша. Оказывается, я напугала своим видом Оксану и Юлю. Я не реагировала ни на кого

вокруг, просто смотрела в одну точку и плакала. Они поспешили покинуть нас, потому что чувствовали, что ничем не могут мне помочь.

Я смотрела на эти когда-то счастливые для нас места и понимала, что все закончилось. И счастья больше не будет. И я уже не вернусь сюда больше никогда.

26 июля 2022

День 92. Прощай... Мое море

5 утра. Просыпаюсь от какого-то грохота...

Встала, пошла узнать, что это было. Оказалось, что-то упало у родителей. Грохнуло так, что проснулся и Саша.

Попыталась уснуть. Получасовая попытка уснуть не удалась. Пошла к Саше, на кухню. Тоже не спит. Налила себе кофе. Пошла посмотреть рассвет. Окна квартиры выходят на северо-запад. И все что я увидела, это отблеск рассветных лучей на окнах домов. Как жаль... Было грустно. Я смотрела на небо. Может быть, что-то я увижу в облаках?..

Облака как облака... никаких знаков, ничего... не выспалась... так рано. Впереди такой сложный день... и так грустно...

И тут я посмотрела вправо.

Радуга!

Я вскочила, побежала к Саше.

— Смотри!

— .. Что?..

— Радуга! — показываю ему яркий радужный полумесяц в окне

— .. Дааа... как красиво!

И так мы стояли, смотрели на эту радугу, обнявшись. Саша плакал...

Так удивительно, ведь дождя не было... только яркое, рассветное солнце.

Я вернулась на балкон и долго смотрела на эту радугу.

Какая радость! Это такой хороший знак! Спасибо! Спасибо, Соня!

Радуга постепенно растворилась. И я решила немного отдохнуть перед тем, что нас ожидает дальше. Саша уехал помыть машину и купить цветов для мамы. Вчера поздно ночью мы привезли цветов, которые планировали взять с собой в море. И

Мама посетовала, что тоже бы хотела передать нам цветов для Сони... И я попросила Сашу заехать в цветочный на обратном пути и привезти ещё цветов. Уже для мамы. Вернее, от мамы для Сони...

И так я сидела на кровати, пила очередную чашку кофе.

И тут пришёл папа. Он плакал. Такой большой и сильный папа... Я видела, как мой папа плачет всего дважды. Когда мы приезжали в марте, сразу после гибели Сони, и вот сейчас.

— Папа... что с тобой?..

— Не знаю... очень тяжело... я все держался... а теперь вот... не смог больше...

Он был растерян. Ему было больно. Я это ясно видела.

— Может тебе успокоительного выпить? — осторожно, но растерянно спросила я.

— Нет... не нужно...

И он ушёл.

Сначала я подумала: «Только не сейчас!.. мне и самой не легко, и вот даже радуга меня так обрадовала, и день обещает быть таким хорошим! Что же мне делать с этими чужими слезами?..» Папа пошёл умыться. А я направилась к маме:

— Мама... папе не хорошо...

— Да... сейчас всем тяжело...

— Ну, поговори с ним, поддержи его...

— А что я могу?...

— Ты ведь его хорошо знаешь. Помоги ему.

Но я поняла, что и Мама сейчас чувствует себя не лучше папы. На секунду у меня даже появилась злость: «Да что ж такое! Мне сейчас никак нельзя раскисать!»

И я снова ушла в другую комнату. Я сидела и смотрела перед собой: «Где мне взять эти силы? Чтобы держаться самой и ещё и оставить на поддержку близким?»

И через пару секунд я услышала, как папа выходит из ванной.

Я сразу подошла к нему. Обняла. Он обнял меня тоже.

— Я с тобой. Я люблю тебя. Все будет хорошо. Станет легче, вот увидишь. Все будет хорошо. Ты такой молодец. Ты такой сильный. Мы вместе. Мы справимся, слышишь?

Он только кивал. Слушал меня и кивал. Плакал. Я чувствовала, как он вздрагивает от тихого плача. Такой большой и сильный папа. Так странно... у меня нашлись эти силы. И их не стало меньше. Наоборот. Мне даже стало легче.

А потом приехал Саша, привёз цветы. И мы вдвоём собрались и поехали в порт. Где уже через 30 минут мы должны были отчалить с пирса и плыть в открытое море на арендованной яхте.

Море было чистое, лазурное. На небе яркое солнце. Морской ветер, чайки, белые кораблики. Такой прекрасный морской пейзаж.

Мы зашли на палубу небольшой, но очень красивой яхточки. Капитан — наш единственный попутчик в этом морском путешествии, узнал причину нашей поездки. Он пообещал вывезти нас подальше и остановиться в тихом, красивом безлюдном месте. Мы вышли из порта, и капитан расправил паруса.

Так здорово плыть на яхте в такое ясное, солнечное утро! Яхта скачет по волнам, мы удобно расположились на носу яхты. Мы плыли с полчаса, прежде чем оба поняли, что пора остановиться.

Саша достал из урны мешочек с прахом. И аккуратно высыпал его содержимое в море. А потом мы бросили цветы в море. Один за другим. За каждый счастливый год жизни с Соней. Наши 11 роз. А затем и милые белые хризантемы от бабушки и дедушки.

Вот и все. Соня стала морем...

Потом мы возвращались обратно в порт и видели, как играет стая дельфинов! Так красиво!

Мы сделали это... Прощай Бусинка!

Потом мы вернулись домой, и занялись последними приготовлениями.

Я повесила свою самодельную гирлянду из фотографий и деревянных звёздочек с нашими любимыми семейными мемами и милыми Сониными прозвищами. Разложила памятные подарки маме и папе, которые готовила так долго.

Я знала, что им нужно время рассмотреть все. Шкатулки, альбомы, самодельные сувениры. Мы ушли с Сашей на кухню, чтобы им не мешать. Но я слышала, как они плачут...

Потом я показала Саше и маме свою прощальную видео-открытку. И мы смотрели, и плакали все. Я ее видела столько раз... но почему-то слёзы текли, не переставая...

А когда на экране появились строчки из стиха, который Соня подарила мне недавно, Мама посмотрела на меня так, как будто поняла что-то важное для себя.

«...А чтобы не грустили,
Я радугою стану,
И ярким светом солнца
Привет вам передам.

«Я тут! И я в порядке!
Я счастлива, свободна!
Живите! Будьте вместе,
Люблю вас и.. пока!»

Мама взяла меня за руку и сказала: «Радуга...» и я ответила ей: «Да...»
Радуга... сегодня утром была та самая радуга. Тот самый светлый солнечный привет!

А потом мы все вместе ели вкусный шоколадный торт, который Соня так любила. Вот такой светлый, хороший день. Который начался с радуги и слез. А потом было море, цветы, дельфины и... надежда...

Прощай Бусинка!
Будь свободна и счастлива!
Я буду любить и помнить тебя всегда. Ты — мое бескрайнее море!

27 июля 2022

День 93. Никогда не буду

Мы сделали это. Вчера мы отпустили Соню на свободу.

Стало ли легче?

Да, несомненно. Стало. Хотя бы потому, что я больше не пытаюсь удержать ее и отложить этот необходимый шаг снова и снова. Я так ждала и одновременно боялась этого дня...

Что я теперь чувствую?

Я очень тоскую по ней. И все так же плачу. Иногда не могу остановиться. Все так же при одной только мысли о том, что она пережила и как ей было плохо и страшно, все внутри сжимается. Все та же не добрая подруга — Вина.

Изменилось ли что-то?

Я стала замечать, что пытаюсь увидеть в мимо-проходящих девочках-подростках черты Сони. Иногда я могу долго-долго смотреть вслед девочке, с похожими волосами или чертами лица. Живая, чужая девочка.

Эти короткие мгновения — взмах руки, взгляд, походка, небрежный жест... Каждое из них — на пару секунд иллюзия, что я вижу ее.. а потом я плачу, потому что это не она. Раньше такого не было...

Я так скучаю по ней...

Возможно, я только сейчас после того, как мы по-настоящему попрощались с Соней, начну проживать своё горе полноценно? Все эти стадии горя — шок, отрицание, гнев, торг, депрессия и смирение. Все это ещё впереди. Сколько месяцев или лет способен прожить человек, если он плачет каждый день? Сколько нужно пережить горя и печали чтобы сойти с ума или заболеть? Неужели это теперь и есть моя жизнь?..

Что теперь?

Я приступила к оформлению наших фотоальбомов.

Это трудно, но для меня это важно. Я не тороплюсь. Вклеиваю фото на каждый лист и потом оформляю его своими рисунками.

Так много счастья... которого больше не будет.

Недавно Саша сказал:

— Я просто хочу, чтобы ты была счастлива...

Помедлив немного, я ответила ему:

— Я больше никогда не буду счастлива...

— Я знаю... — тихо ответил мне он.

28 июля 2022

День 94. Черненький котёнок

Когда мне было лет 20, и я уже несколько лет жила отдельно, я взяла себе котёнка. Случайно, проходила мимо вахтерши и увидела три пушистых комочка.

Один из комочков был черненький. Это была маленькая девочка. И я взяла ее с собой. Она ещё не могла видеть и самостоятельно есть, и я кормила ее из пипетки. Когда котёнок подрос, она оказалась веселым, смышленным сорванцом. Это был чудесный маленький котик. Мне нравилось, что она черненькая. Все боятся чёрных кошек, а я вот нет.

Через месяц я стала чувствовать, что не успеваю с уходом, что не могу надолго уехать. Я стала тяготиться этим котёнком...

И тогда я отрезала побольше колбасы, взяла котенка за пазуху и отнесла на улицу. Я просто оставила этого котёнка в кустах. Она смотрела на эту колбасу, смотрела на кусты вокруг, она была растеряна и ей наверное было не понятно, что происходит?... Но я развернулась и ушла.

Знакомые спрашивали — как твой котик?.. А я придумала историю, что забыла закрыть окно и однажды вернулась домой, а котёнка не было. Даже себе я не хотела признаваться в том, что бросила маленькое, беззащитное существо, которое полностью доверяло мне и зависело от меня. Я бросила ее и потом соврала, чтобы казаться хорошей. Потому что мне было стыдно.

Ни о чем я так не жалела, как об этом поступке. До ночи 2 марта 2022 года. Когда я так же оставила свою маленькую дочку Соню. В страхе, растерянности и совсем одну. А она сделала сама то, что, как она считала, избавит меня от проблем и хлопот. Навсегда. И даже не пришлось выдумывать историю о забытом открытом окне.

Того чёрненького котёнка тоже звали Соня...

29 июля 2022

День 95. Помощь и варианты

Думая о том, что меня ждёт и зачем я здесь, я на Земле, я понимаю, что пока никак не могу найти ответ. Я не вижу своего Пути. Не вижу смысла.

Помочь другим?

Я не могу помочь себе. Какая же может быть помощь другим?

У меня была девочка, добрая, милая, веселая девочка. Ей было трудно учиться в школе, и она чувствовала себя одинокой. Что я должна была сделать? Нанять репетиторов и найти для дочки хорошего психолога. Возможно перевести ребёнка в другую школу. Но самое главное, я должна была много лет подряд, каждый день говорить ей, что она умница и у неё все получится.

Что вместо этого делала я?

Я давила, я расстраивалась. Я злилась. Я критиковала.

И девочка становилась все более испуганной, неуверенной и скрытной.

У неё просто не было сил решить те проблемы и трудности, которые на неё свалились. А Мама ещё и подтолкнула в самый опасный момент своего ребёнка вниз...

Если бы я оценивала эту ситуацию в качестве психолога, к которому на приём пришла вот такая Мама со слезами и немым вопросом: «Что же мне делать?» Что бы сейчас я ответила такой маме? Не по уставу, не по сценарию хорошего фильма или книги. А на самом деле? Честно.

Я бы ответила ей: «Это Ваша вина. Полностью ваша вина. Вы ответственны за несчастную жизнь и мучения своего ребёнка при жизни. И Вы же виновны в смерти своего испуганного, доведённого до суицида ребенка.»

Вот так бы я думала, глядя на эту женщину в слезах. Горе? Ещё бы! Она заслуживает испытывать эти муки совести и печаль всю оставшуюся жизнь!

Искать смысл? Надеяться на счастье? Невозможно. Не заслужила.

Так я думаю о себе. И поэтому я по определению не смогу помочь кому-то ещё.

Мне самой сейчас нужна помощь.

Никто не верит мне.

Ни Саша, ни мои родители. Даже мой психолог мне не верит.

А я знаю правду! Только я и знаю. И ещё Соня. Я знаю, как я ошиблась. Как я была жестока с ней. Как я виновата.

Мне говорят: «Ты не виновата!» или «Это не твоя вина!» или «Ты не была плохой матерью!» Для меня это пустые звуки. Да, я не хотела такого исхода. Да, я не делала зла своему ребёнку. Но как говорят?.. «Благими намерениями дорога в ад выложена». И степень вины определяется тяжестью последствий совершенного поступка. А последствия настолько ужасны, что по всем законам мироздания я заслуживаю жестокой кары свыше.

Но где же она?.. Какая несправедливость... Злой и подлый человек живет, как ни в чем не бывало. А маленький невинный ребёнок нет. Как же так? Где же справедливый суд? Если не небесный, то хотя бы земной?

Мне так нужно искупление. Но я не думаю, что такой грех можно искупить покаянием и молитвой. Как же быть? Какие у меня варианты?

Почему следователь не выдвинул обвинение в доведении несовершеннолетнего до суицида?.. Иногда я думаю узнать имя следователя и поехать к нему. Сказать, что это я во всем виновата. Может быть хотя бы следователь поверит мне?

Но потом я понимаю, что Саша будет очень переживать. А я не хочу для него дополнительных проблем. Вероятно, этот вариант мне не подойдет...

Недавно мы с Сашей закончили слушать аудио-книгу Теодора Драйзера «Американская трагедия». Виновный понёс наказание. Но не смотря на свои страш-

ные злодеяния, он не чувствовал вины до самого последнего момента, когда вдруг понял, что тело уже не спасти и теперь нужно спасти свою душу, покаявшись перед священником. Какая низость... торговаться за свою душу только потому, что у тебя нет другого выбора. Смертная казнь... когда я слушала рассказчика, то думала: «Как же ему повезло...» Но главный герой не хотел умирать! Он изо всех сил пытался убедить судью и присяжных заменить верхнюю меру на пожизненное заключение.

Никогда я не понимала, почему пожизненное заключение считают лучшей альтернативой жизни в клетке. Смерть — лучший, гуманный способ прекратить страдания безвольного, погрязшего в слабостях и зависимостях тела. И это верный способ освободить свою искалеченную, беспокойную, тёмную душу на свободу, домой. Где она снова станет чистой и спокойной.

Смерть. Гуманная. Освободительная.

Я много думала о том, что хотела бы уйти из жизни. Даже «План Б» приготовила. Но теперь я понимаю, что это тоже не вариант для меня. Этого простого решения я тоже не заслужила. Я не стану убивать себя. Я доверюсь воле Бога. Или Источника. Я приму свою судьбу. И буду жить так, чтобы моя душа могла ответить на суде Старейших там, в Духовном царстве.

Я знаю. Я ошиблась не только в ту ночь.

Я ошибалась несколько лет подряд. Я знаю это. И признаю. Раскаиваюсь. И буду сожалеть обо всех своих дурных словах и поступках по отношению к Соне до конца своих дней. С такими мыслями я живу не только последние пять месяцев. Так я живу много лет. Я была уверена, что мое мнение не изменится. И никакой психолог не сможет меня убедить в обратном. Пока недавно не услышала такую фразу:

«Человек, который уверен, что это он виноват во всем — нарцисс. Так как считает, что может управлять и контролировать мир вокруг.»

И тут я поняла, что не имею права просить Бога, святых и ангелов о жизни или смерти. Это не в моих силах. Я не знаю провидения. Я даже пока не знаю в чем смысл моего рождения на Земле. Я не имею права просить дать мне жизнь или смерть. Все будет ровно так, как должно быть.

Могу ли я повлиять на исход? Могу ли изменить свою жизнь?

Да. Только делая правильный выбор. Выбирая вариант по сердцу.

Варианты доступны мне всегда. В каждом шаге, в каждом поступке, даже в каждой моей мысли или эмоции. Разозлиться или попробовать понять? Осудить или принять? Отвернуться или помочь?

Всегда есть другой вариант.

Теперь я молю Святую Софию о терпении и любви. О доброте и смирении. И иногда у меня даже получается.

30 июля 2022

День 96. Alma Mater

Я ищу. Ищу то, зачем я все ещё хожу по Земле.

Когда я была совсем маленькая и жила с родителями в общежитии, я ясно помню один момент. Это была зима. Было темно и холодно. Но я иду от бабушки домой. Я иду одна. И нужно пройти долгий путь. Ведь бабушка живет на другом конце города. Я очень люблю бабушку. Всегда любила ее. Но я расстроена. Обижена. Не на бабушку, нет. На маму.

Мы с мамой часто ссорились. Она всегда была так же резка, как и я, когда я сама стала взрослой. И вот я иду и плачу. Смотрю вниз на свои маленькие валеночки. И слышу «хрум-хрум, хрум-хрум» — это снег хрустит под моими ногами. И в голове у меня мысль: «А может быть, когда я вырасту, я справлюсь с этим и даже смогу помогать другим детям?» Такая странная, взрослая мысль у ребёнка 7-8 лет.

Но я жила, выросла, шла по своей дороге, делала разные выборы, сворачивала то тут, то там и, видимо, прошла мимо этого важного поворота. Я не стала психологом. Я не помогла себе.

Спустя много лет, теперь, когда мне самой так нужна профессиональная психологическая помощь, я снова стала думать об этом. Слишком поздно, да... Но может я все ещё смогу помочь себе?..

Сначала я спросила у Андриана, своего друга-врача про второе высшее психологическое образование. Где лучше обучиться на психолога? Спросила и забыла. Он очень занятой, и я не думала, что он будет узнавать и спрашивать у коллег об этом. Но при нашей следующей встрече он очень уверенно и подробно рассказал мне, что самая лучшая учебная база в СПбГУ. И поторопил меня. Надо все узнать. Надо поторопиться. Возможно, придётся сдавать ЕГЭ... Что? Старовата я уже для ЕГЭ! «Позвони в СПбГУ и все узнай точно!» — настаивал Андриан.

Само название этого университета вызывало во мне благоговейный трепет. Нужно только позвонить. Узнать подробности и условия поступления.

Этот звонок я откладывала несколько недель.

И в итоге решила позвонить. И о чудо, я дозвонилась! Очень милая девушка на другом конце объявила мне, что в СПбГУ нет второго высшего на специальность «Психология»...

Ну... нет так нет... спустя несколько дней я была на приеме у психолога, Анны. И обмолвилась ей, о том, что оказывается, в СПбГУ нет программы обучения второго высшего образования. Анна, так же, как и Андриан, была уверена, что это не так. И предложила мне поехать в СПбГУ и самой точно все узнать.

Ехать специально? Не знаю. Я не уверена...

Но вскоре по стечению обстоятельств мне нужно поехать в центр, забрать готовый заказ. Мастер обрадовалась, что мой заказ готов и его можно забрать. Мастер живет и работает в центре. И я осторожно спрашиваю у Сашы, не нужно ли ему в центр. Но мы случайно ссоримся, и я еду в центр одна.

Я встретилась с мастером, забрала свой заказ и решила прогуляться. Погода прекрасная и я так давно не гуляла по центру. От Сенной до Васильевского острова не далеко. И я направляюсь в сторону Благовещенского моста. Пока я иду в сторону станции метро Василеостровская мы переписываемся с Сашей, миримся и в итоге встречаемся на Васильевском острове. А дальше уже продолжаем прогулку по набережной вместе с ним. Так мы оказались на Университетской набережной. «Ну что, зайти в СПбГУ? Вот же он, рядом.»

Когда я только переехала в Питер и начала учиться в первом ВУЗе, я жила у своей тёти на Васильевском острове. Проезжая по Университетской набережной, я всегда любовалась этими величественными зданиями главного университета Петербурга. “Alma Mater” — эта надпись красовалась на фронте одного из Университетских корпусов. «Хотела бы я учиться там...» — не раз думала я. Но это был уровень настолько высокий и недостижимый. Самый престижный, самый дорогой по стоимости обучения ВУЗ. Дети депутатов и бизнесменов учатся там. Просто мечта.

И вот, спустя 20 лет я вхожу в его двери.

Такая красота. Такой уверенный покой и величие. Я вспомнила это чувство. Такое же чувство я испытала, когда вступила на порог главного здания Политехнического университета, второго ВУЗа, в котором мне повезло учиться. Да... мне нравится здесь. Определенно нравится...

Мы вошли в здание в 18:15. Приёмная комиссия уже была закрыта.

Если бы на 15 минут раньше... Ничего, добросердечная бабушка-вахтерша и ее коллега-охранник рассказали, что приемная комиссия Факультета психологии находится в другом здании. Не далеко. Мы дошли до набережной Макарова, 6. Вот в эту дверь мне нужно попасть завтра с утра. Да, завтра утром, ровно к 10:00 я буду здесь и все узнаю.

Но так сложились обстоятельства, что я не спала почти всю ночь и утром никак не могла поехать в приемную комиссию. Так я и не поехала. Прошло ещё не мало времени, прежде чем я решила, что мне нужно довести дело до конца.

Перед отъездом в Анапу я снова решила зайти в приемную комиссию СПбГУ на факультет психологии. Я так долго откладывала этот поход...

Оказалось, что такого понятия, как «второе высшее» действительно не существует в университетской практике. Ты просто поступаешь в ВУЗ на общих основаниях, сдав предварительно ЕГЭ. И если повезёт и получится поступить на первый курс, то станешь студентом. И при положительном исходе будешь потом учиться 5 лет вместе с первокурсниками, ребятами 17-18 лет.

Нет, этот вариант мне не подходит. Я не против учиться. Но 5 лет? Причём первые 3 года — общие дисциплины, да ещё и рядом с одногруппниками, которые мне в дети годятся...

К счастью, оказалось, что это не последний вариант! Если ещё магистратура!

— А что это такое? — спросила я у молодых людей в приемной комиссии.

— Вам нужно на Волховский, 3. Там приемная комиссия магистрата факультета психологии. Там Вам все расскажут.

Сказано — сделано. Мы идём на Волховский, 3. Все учебные здания рядом. Такой вот Академгородок. А вот и нужный адрес. Но, кажется, не та дверь? «Высшая школа менеджмента». Нееет, какой такой менеджмент? Мне нужен факультет психологии. Собрались уж было развернуться, но мужчина в деловом костюме рядом с дверью остановил нас:

— Все правильно. Вам сюда. Магистратура факультета психологии тоже здесь.

Это здание было ещё величественнее.

Белые мраморные колонны и лестницы. Везде красуются золотые памятные таблички, возвещающие о том, какой спонсор поучаствовал в создании того или иного участка здания. «Ааа... это здесь, наверное, семестр обучения стоит от 250 тысячч?..» — вспомнила я, когда шла по длинным, сверкающим коридорам в поисках нужной аудитории. А вот и она. Захожу туда и вижу столы, компьютеры и молодых девушек, которые приветливо приглашают войти и присесть.

Так я и узнала о том, что благодаря отделению магистратуры, сюда можно попасть, имея диплом о первом высшем образовании. И такой вид обучения считается повышением квалификации. И учиться нужно не 5 лет, а 2 года.

Никакого ЕГЭ, никаких вступительных экзаменов. Чтобы попасть на текущий учебный год нужно сдать портфолио. И получить за него минимум 40 баллов. Несколько вариантов повышения своего шанса на поступление — хороший диплом о первом высшем, научно-исследовательская работа, дипломы о повышении квалификации по смежным специальностям, развёрнутое эссе, публикации в научных журналах, рекомендательные письма. И все это можно отправить через Личный кабинет абитуриента.

— И сколько у меня осталось времени?

— Подача документов до 20 июля до 18:00.

Смотрю на часы... сегодня 12-е июля. Осталось 8 дней?..

— Для поступления у вас должен быть минимальный балл — 40.

— А сколько максимум?

— 100 баллов — это максимум.

40 баллов... ну, возможно, я смогу написать не плохое эссе... Но научная работа?.. Или дипломы по смежным специальностям... У меня даже первый диплом не профильный, что тоже снижает шансы в 4 раза. Ну если постараться, я наберу эти 40 баллов...

— А сколько мест в группе?

— 10 бюджетных и 10 мест на платной основе.

10 бюджетных и 10 платных... То есть всего 20 мест на каждое направление?! На факультете 7-10 направлений. Это значит максимум 200 мест. Причём, из этих 10 направлений мне подходит только 2 из них. И вся Россия каждый год отправляет свои заявки на поступление... Интересно, сколько заявок ежегодно рассматривает ВУЗ, прежде чем сформирует итоговый список зачисленных студентов? В среднем, данные по СПбГУ — 20 человек на место. Только один из 20 получит возможность учиться. Если я буду одной из 4000 желающих, то мой шанс на поступление — $1/4000$. Это 0,025%.

8 дней. Шанс — 0,025%

Вот такая статистика.

И я поняла, что я просто не успею.

Я вышла из здания университета задумчивая и расстроенная...

«У меня нет профильного высшего, я не веду психологическую практику, я не печатаю статьи в психологических журналах...»

Но ведь я могу хотя бы просто попробовать! Так я узнаю, насколько далека в реальности от меня эта цель. А значит, я смогу понять, насколько больше усилий я должна буду приложить в следующий раз, чтобы исполнить свою мечту.

Мечта... я почувствовала, что не могу получить то, чего мне вдруг спонтанно захотелось и это сразу стало моей мечтой?.. Какой эгоизм... вернее, эгоцентризм. А может и нет... может это именно то, чем я и должна была заниматься в этой жизни?... и я снова вспомнила тот холодный зимний вечер 30 лет назад.

И потом, были же случаи, когда абитуриент поступал несколько лет подряд. Не в этот, значит в другой раз получится! Об одном таком упорном студенте мне тоже рассказали девушки из приемной комиссии. У него действительно получилось поступить, хоть и с шестого раза! Правда этому абитуриенту на момент поступления уже было 68 лет. И поступал он 6 лет подряд.)

8 дней...

Но у меня как раз 8 дней, чтобы доделать то, что я запланировала перед поездкой. Вот уже два месяца мы откладывали поездку в Анапу из-за моих приготовлений. И дальше ждать, и откладывать нет никакой возможности.

Я сидела в машине и думала. Я понимала, что это абсурд. И я даже не уверена, что на самом деле этого так хочу, как мне кажется сейчас. И я не уверена, что смогу ходить в институт каждый будний день 2 года подряд.

Я думала тогда: «Сейчас, когда я засыпаю в 3-4 утра в слезах и просыпаюсь, чтобы готовиться к прощанию в Соней, а в перерывах плакать, плакать, плакать... Где же я возьму силы для обучения?.. Кроме того, я даже толком не знаю, какая специализация мне подойдет. Нужно потратить не мало времени, чтобы разобраться во всем и сделать осознанный выбор...»

И тогда я поняла — «То, что я делаю сейчас важнее для меня. Это будет самый главный день после всех 11 лет рядом в Соней, с моей девочкой. Я хочу сделать все правильно. Я хочу попрощаться с ней. И я хочу, чтобы этот день был особенный. Красивый, светлый день. И я могу сделать его таким. Мы с Сашей можем. И делаем для этого сейчас все что можем.»

И я решила. Если потом я все же не передумаю, то я обязательно сделаю это. Я брошу все силы на поступление. И у меня будет для этого целый год.

И я сделаю это через год или два не в качестве спасительной пилюли для себя в состоянии острой депрессии. А в сознательном желании что-то изменить. Разобраться. Понять. Исследовать. И возможно, помочь. Хотя бы себе...

31 июля 2022

День 97. Командировка

Саше пришлось срочно планировать отъезд. Снова командировка в Москву.

Сначала он планировал поехать на машине. Но я была против. Двое суток на машине одному из Анапы до Питера. А потом снова в дорогу, из Питера в Москву. Потом обратно в Питер. И снова ехать двое суток одному сюда, в Анапу. Слишком рискованно. И я уговорила его добраться до Питера любым транспортом.

Но теперь это оказалось не так легко. Аэропорты Краснодарского края закрыты. И единственный город, откуда можно вылететь в Питер — это Сочи. Оказалось, что добраться до Сочи тоже не просто. Все скорые поезда сообщением Анапа-Сочи то ли отменены, то ли билеты на них давно раскуплены. И придётся добираться сначала до Новороссийска, потом морским путём в Сочи.

Сначала я так расстроилась. Мы всего неделю здесь. Я ведь знала, что ему придётся ехать в начале месяца в Москву. И уговаривала его ещё в Питере подождать всего неделю, чтобы он спокойно мог сначала съездить в Москву и решить все дела там перед нашим отъездом. Но у Саши «все всегда хорошо и под контролем». Вернее, в иллюзии контроля. А потом я поняла, что это уже происходит и нет смысла думать. И вероятно, это тоже к лучшему. Я спокойно доделаю альбомы, пока он будет в командировке.

Я даже стала думать, не поехать ли мне в Сочи чуть позже и не пожить ли там, в горах. Раньше мы каждый год ездили в Сочи и отдыхали там в отеле, который расположен в горах. Панорамные окна, от пола до потолка и в этих окнах — горы. Просыпаешься, открываешь глаза и сразу видишь. Небо и горы. Так красиво. Тихо, спокойно. Последние два года из-за сильных дождей и горных обвалов дорога в Сочи местами разрушилась и ездить на машине в горы стало опасно.

Но раз все так сложилось, и Саша все равно едет в Питер через Сочи и возвращается он тоже в Сочи, то почему бы мне не приехать туда к его возвращению и не пожить там вместе в горах, как мы и хотели? И так мы и решили.

Так грустная новость о его командировке обернулась хорошей идеей о нашем скором горном отпуске.

1 августа 2022

День 98. Останется после

Не важно, сколько ты прожил.
Не важно, как ты прожил.
Важно, что останется после тебя.

Каждый день, в 19:00 я хожу на пляж смотреть закат.
Я иду к морю. Потому что Соня — это море. Я прихожу, сажусь поближе и разговариваю с Соней, сидя на берегу, слушая шум волн.

И пока иду на пляж, навстречу мне тоже идут люди. Они возвращаются с пляжа. Так много людей... и все такие разные.
Иногда я вижу счастливых, веселых людей. Семьи с детьми. Папа несёт на плечах своего сынишку, Мама держит за ручку маленькую девочку, так похожую на неё саму. Они улыбаются, их глаза светятся счастьем и любовью. Как много любви в этих семьях. Какая радость на их лицах. У них все хорошо. И, наверное, будет хорошо через год, пять, десять лет. Эти счастливые люди передают своё счастье детям по наследству. Не постановочные эмоции на камеру объектива. Настоящее, живое счастье. И после них останется счастье.

Мы передаём своим детям не только гены и наследство. Но и состояние души. Счастливые люди передают своим детям любовь. Несчастные — страхи и боль.

Иногда человек проживает целую жизнь. Долгую. Сложную. И не всегда счастливую. И порой, не справившись со своими жизненными уроками, он оставляет своим потомкам долги, обиды и тяжелые воспоминания. Семейную, коллективную карму...

Значит ли это, что человек прожил жизнь зря? Вовсе нет. Иногда такой человек сам выступает учителем. Для тех, кому нужен урок терпения, силы и стойкости. Дети таких родителей часто смелые и сильные. Иначе им было бы не выжить.

Но счастливы ли они? Счастье — самый трудный ресурс. Который порой приходится добывать самостоятельно, если ты не видел живого примера в детстве.

А иногда человек проживает недолгую, но счастливую и яркую жизнь. Оставляя после себя море любви. Говорят, любовь к человеку можно измерить количеством пролитых по нему слез. А полноту жизни — по количеству моментов, когда ты чувствовал себя счастливым.

У нас теперь так много слез... но я помню, что было много любви и много моментов счастья. Это то, что останется теперь с нами.

2 августа 2022

День 99. Счастливый мир

Я заказала чёрную бумагу для иллюстраций в интернет-магазине. Мне нравилось оформлять фотоальбомы белой гелевой ручкой, и я решила попробовать сделать настоящий рисунок белой ручкой на специальной художественной бумаге. Ждала ее прибытия в пункт выдачи в Анапе. В пункте выдачи очереди. Много отдыхающих и много заказов. Поэтому времени на проверку просто нет. Бросил в пакет и распаковываешь свой заказ только дома.

Дома я открыла тщательно завернутую в пленку упаковку бумаги. Чёрные матовые листы для пастели, формата А5. 10 штук в упаковке. Но упаковка слишком плотная. Открываю и вижу, что по ошибке мне положили не одну, а 10 упаковок бумаги. И вместо 10 листов я получила 100. Вести обратно? Но я уже открыла упаковку. И бумага мне нужна. Вернуть 9 из 10 не получится, придётся вернуть все. Вместо 120 рублей я должна была потратить 1200. Но мне не нужно так много... что же делать?

Недавно я нашла для себя хороший способ решения такой проблемы. Когда мы ехали на машине сюда из Питера, то остановились на одной заправке. Я пошла умыться и когда подошла к дверям мини-маркета АЗС, увидела на асфальте купюру в 1000 рублей. Огляделась по сторонам. Никого. Заглянула в мини-маркет — никого. Стоп, кто-то зашёл в туалет. Подожду пока человек выйдет и узнаю, не потерял ли он деньги. Когда мужчина вышел из туалета я огорошила его вопросом: «Простите, Вы денежку не теряли? И если теряли, то сколько?» Он спешно достал бумажник и посмотрел внутрь:

— Нееет, у меня все на месте...

— А из кармана не выпало ничего?..

— Нет, но... спасибо... — он пошарил по карманам на всякий случай и ушёл, явно удивлённый. Наверное, ему ещё не предлагали деньги просто так:)

Но деньги были не мои. И взять их просто так мне было не ловко.

Однажды я уже совершила некрасивый, подлый поступок. Струсила. Сбежала.

Очень давно, когда Соня училась в школе, может в 3-м или 4-м классе, я потеряла ее. Я знала расписание в школе и ждала от Сони сообщения или звонка. Обычно она звонила и говорила, что уроки закончились и она готова выходить. Тогда я выезжала за ней на машине. Но в этот раз ничего... ни сообщения, ни звонка. И так 2 часа.

Я тогда очень испугалась, не выдержала ожидания и поехала в школу ее искать. Помню, как я так торопилась и нервничала. Помню, как попыталась припарковаться на единственное свободное место. Опыта у меня было мало, как и места для парковки. Не мудрено, что это место пустовало. Сейчас я бы и не подумала поставить туда даже внедорожник. Тем более, когда ты в слезах и дрожащими руками еле держишь руль. Наехав на ледяную глыбу, я поцарапала чужую машину во время парковки, когда моя машина соскользнула с этого большого бугра.

Я не оставила своих контактов. Я не вызвала ГАИ. Я побежала искать Соню. В итоге я нашла ее, все разрешилось благополучно в итоге. Но вернувшись к машине с Соней я так и не сделала необходимого. И эта история потом много лет мучала меня. Мне до сих пор стыдно перед ни в чем не повинным водителем той машины. Я осталась должна.

Потом карма настигла меня. Вернее, Сашу вместо меня. Спустя буквально пару месяцев нашу машину протаранил водитель Газели.

И теперь я не хочу быть должна, не хочу брать чужое.

И я решила, что нужно вернуть лишнее. «Переведу их в благотворительный фонд» — подумала я.

Раньше несколько лет подряд я переводила деньги в БФ «Подари Жизнь», основателем которого была одна из моих любимых актрис, известный общественный деятель Чулпан Хаматова. Но в связи с событиями на Украине, Чулпан уехала из России, высказавшись не лучшим образом о своей Родине.

Поэтому теперь мне нужно было найти другой фонд. Времени на поиск не было, да и мобильный интернет в дороге не ахти, и я перевела деньги в другой фонд. Ведь помощь нигде не бывает лишней.

И вот снова я хочу вернуть лишнее. И в этот раз у меня есть и время, и интернет. И я решила узнать, существует ли фонд помощи подросткам, совершившим попытку суицида. И я нашла такой фонд. Он называется «Счастливый мир».

Я прочитала историю женщины, основательницы фонда. Ее дочь-подросток дважды совершила попытку суицида. Испуганная мама стала искать помощи. Нужны были специалисты. Психологи, психиатры, грамотные специалисты. Реабилитация и восстановление. В России очень мало таких центров помощи. Нужно много сил, времени, денег и терпения, чтобы бороться с этой бедой. Это трудно хотя бы потому, что не все понимают масштаб проблемы. Многие говорят: «Лучше

бы тратили деньги на тех, кто хочет жить, но болен или умирает от тяжелых болезней, чем тратить деньги на тех, кто и жить-то не хочет!» Я согласна, многие несчастные родители борются за жизнь своих неизлечимо-больных детей. Дети, которые хотят жить, но не могут. Но я так же понимаю теперь, как много родителей, которые мечтают, чтобы их дети хотели жить, но не всегда могут им в этом помочь.

Оказывается, подростки, которые совершают попытку самоубийства в 75% случаев ее повторяют... Я надеюсь, эта девочка, дочка основателя фонда, сейчас жива и здорова.

И я надеюсь, что этот фонд помог и ещё поможет многим детям и их родителям, столкнувшихся с этой бедой. Я рассказала Саше про этот фонд и про историю его основания. И Саша тоже захотел перевести благотворительное пожертвование.

И теперь мы с Сашей будем маленькой частью этой большой и важной помощи. Тем, кому ещё можно успеть помочь.

3 августа 2022

День 100. Осталось 70 дней

Осталось 70 дней. Осталось... до чего? Что будет через 70 дней? Мир не перевернётся. Не остановится. Все будет, как всегда.

«Боль никогда не уйдёт. Но вы научитесь жить с ней.»

Как научиться жить, если бы тебе отрезали руки и ноги? Или лишили бы рас-судка? А вместе с этим, лишили бы всех надежд, лишили будущего?..

Сегодня 3 августа. Ровно 5 месяцев со дня смерти Сони.

Сегодня я проснулась с улыбкой... Мне приснилась Соня! Она была такая красивая и такая счастливая!

Вчера мы смотрели один из моих любимых фильмов «Господин Никто». И скорей всего, сюжет этого фильма повлиял на мое подсознание. И поэтому мне приснилось, что я как будто отмотала время назад. Когда Соня была жива.

В своем сне я как будто отменила эту страшную ночь. Просто вычеркнула ее из своего сценария жизни. В этом сне я знала, что Соня погибла, но я, как герой фантастического фильма повернула время вспять, отмотала все назад. Вместо того, чтобы устраивать тот ужасный допрос, я решила пойти погулять, развлечься, забить на школу, предложила Соне выбрать любую прическу, какую она захочет,

перекрасить волосы в любой цвет, купить много новых красивых вещей для неё. Я хотела, чтобы она улыбалась. И она была такая счастливая! Мы были так счастливы в этом сне! Я помню ее улыбку. Я помню, как прикасалась к ее длинным, золотым волосам...

Спасибо, Соня! Спасибо, чтобы ты пришла ко мне во сне именно в эту ночь! Я хочу верить, что у тебя там все хорошо, и этот трудный день пройдет немного легче благодаря тебе!

Моя красивая, нежная девочка с золотыми волосами!

4 августа 2022

День 101. Предел прочности

Я была плохой мамой?.. Я плохой человек? Я заслужила это? Это все из-за меня? Эти вопросы снова и снова всплывают в моем сознании. Я не могу это контролировать. Но я могу это наблюдать. И пытаться осознать каждую разрушающую меня мысль.

Плохая мать.

Это вопрос или, даже правильнее сказать, установка, постоянно живет в моей голове.

Перед самым нашим отъездом в Анапу, мы собрались с Сашей по делам. Кажется, мы планировали поехать в центр. Уже не помню по какому делу. Но вышло так, что я уже вышла на улицу, а Саша ещё не приехал. Задержался в автосервисе. И я решила подождать его на улице.

Дошла до детской площадки, где когда-то играла маленькая Соня. Села на лавочку. И просто смотрела куда-то вдаль, не особо замечая кто вокруг и что происходит. На площадке играло двое деток. Мальчик лет 7 и девочка, лет 10-11. Дети весело резвились. Я смотрела на них, но была как будто далеко. Так бывает, когда задумаешься или наоборот, тебя как будто ставят на паузу и твои мысли как будто останавливаются.

Тишину нарушил крик.

Крик взрослого человека. Вернее, взрослой женщины.

Я вздрогнула от неожиданности и повернулась в сторону источника шума. На соседней скамейке, метрах в трёх сидела женщина неопределенного возраста. Наверное, ей было от 40 до 60. Она плохо выглядела. Поэтому я не смогла точнее определить возраст. То ли оттого, что она была неряшливо одета, то ли оттого, что голос ее был похож на пропитый бас старого пьяницы. Половина зубов у женщины отсутствовало, поэтому я не сразу поняла, что она говорит. Точнее кричит. И тут я, как истинно русский человек, вдруг узнала этот «иностранный язык». Ее нечленораздельная речь была ничто иное, как русский мат, причём не простой, а трехэтажный.

Она орала матом. На детской площадке...

Она захлебывалась от злости и орала громче и громче. Навстречу ей шёл мужчина. Слишком молодой для мужа... Сын?.. Чем же он ей так не угодил? Она проклинала его и грозилась, что он не получит ребёнка. Мужчина тоже был.. так сказать явно не аристократ, и тоже явно подшофе, но было очевидно, что ему было не удобно за эту пожилую женщину. Он, видимо желая ее успокоить, подошёл и тихо сказал ей что-то. Но это разозлило ее еще больше. Она вскочила и кинулась на него с кулаками: «Ты своей мамаше будешь, *^%^ такую +^%} говорить! Пошёл **^*% отсюда!»

Тут я поняла, пора бы ретироваться, чтобы случайно и меня не задело. Я встала и отошла на безопасное расстояние. Мужчина тоже высвободился от цепких женских рук. Он отошёл в сторону и закурил. Глядя на меня, он сказал:

— Вы извините... не красивая сцена, я понимаю...

Я не ожидала, что он обратится ко мне, и растерянно ответила ему:

— Ну что Вы.. Не переживайте, я ничего такого и не думаю...

— Вот, понимаете... теща приехала... Ничего, завтра она уедет... Надо только потерпеть... Стыдно так...

— Все будет хорошо, вот увидите. Не расстраивайтесь так... — так же растерянно ответила я ему.

И я поспешила уйти.

Девочка, которая играла на детской площадке оказалась его дочерью. А склочная женщина — ее бабушка. Видимо, в этой семье норма пить с самого утра алкоголь и разговаривать друг с другом матом. Осудила ли я их? Нет, не могу так сказать. Но я вспомнила эту девочку. Веселая, смелая, простая девочка. Которая каждый день видит этот взрослый неадекват. Я не знаю, какая Мама у этой девочки. Но папы и бабушки уже достаточно, чтобы понять, что в этой семье не все так просто.

И я подумала, что эта девочка все равно любит свою семью и принимает происходящее как данность. Скандалы, пьянство, крики, мат, рукоприкладство... все это — часть обычной жизни этой обычной семьи. И эта девочка живет. И у неё нет

другого выбора. И ее характер станет тем крепче, чем сильнее будет расти ее внутренне противостояние этим «нормам». Однажды она либо станет такой же, либо станет полной противоположностью этой семейной традиции.

Хорошая ли это семья? С точки зрения социума — нет. С точки зрения духовного опыта — вероятно да. Предел прочности этой девочки крепнет день ото дня.

Я не пила и не курила. Не ругалась матом. Даже телек не смотрела. Не имела соцсетей, ни разу не колола ботокс или что там ещё в себя вкалывают современные модницы. Я даже волосы не красила. Занималась спортом и любимым делом и очень этим гордилась. Хорошая ли я была мама? С точки зрения социума — да. А как же духовный опыт? Разве это главное — социальные нормы морали?

Я была принципиальной. Строгой. Осуждающей. Я критиковала. Я не давала шанса на ошибку. Все или ничего. Больше. Выше. Сильнее. Иначе что?.. Иначе станешь неудачницей. И никому не будешь нужна. Никто не будет любить. Жестоко. У меня не было главного. Безусловной любви. То есть меня любили. Безусловно любили. А вот сама я так любить не умела...

Что скажет любящая мама?

«Я люблю тебя любой»

«Я всегда буду тебя любить»

«У тебя все получится!»

«Я верю в тебя!»

«Мы обязательно со всем справимся!»

«Ты самая лучшая, самая красивая для меня!»

Если бы я говорила эти слова чаще... если б я **ВООБЩЕ** говорила эти слова!!!

Предел прочности Сони был таков, каким я его для неё установила.

Когда у маленького человека нет опоры в жизни, когда самый главный человек вместо поддержки в самый трудный момент только и делает, что критикует... как тут идти вперёд? Как не бояться ошибки? Как поверить в то, что ты справишься и выход всегда найдётся?

Трудно соответствовать «идеалу», который я придумала. Мне и самой трудно ему соответствовать. А уж 11-летнему подростку тем более.

Предел прочности. Он у всех разный. И дело не в том, что я не пила и не курила и матом не ругалась. Если бы так, то все было бы предельно ясно. Мама орет, Мама пьёт. Мама курит. Это плохо. Это неправильно. Мама — «плохой парень». И от такого персонажа надо держаться подальше. Надо защищаться. Надо держаться. Надо быть сильной.

А как понять свою роль в отношениях, где ты изгой, где ты вечно не прав, вечно неудачник, который расстраивает Свою «идеальную Маму»? Только и остаётся, что избавить мамочку от этих мук и постоянных проблем... Снова эти страшные мысли в голове... это какой-то жуткий кошмарный сон, который никогда не кончится...

Предел прочности. Он у всех разный. И моей Соне очень не повезло с мамой. Такому милому, безобидному ангелу нужно было выбрать такую же маму для себя. Саша рос в доброй, простой семье. Без требований, без амбиций. Без условий. Его мама не достигла особых вершин, но главное, что она была доброй и любящей. И этого хватило, чтобы Саша вырос с мыслью, что у него все получится. И поэтому он жил, ошибался, падал, вставал и пробовал снова. Его предел прочности был обусловлен большим запасом материнской любви и веры в него. Просто так. Просто потому, что он ее сын и она его любит. Предела прочности хватило, чтобы и с трудностями в жизни справиться и даже умудриться ужиться с таким человеком как я.

Соне не повезло так, как Саше.

Да, я была плохой мамой. Для неё плохой. Хотя она никогда сама так не говорила. Наоборот, я только и слышала от неё: «Ты хорошая мама! Я люблю тебя!»... Я не знала предела. Не видела края. Когда сильно и постоянно давишь, однажды сломаешь. Так и я сломала своего ребёнка.

Психолог бы мне сказала на это: «Вы ведь не знали, что так получится. Вы ведь не желали такого исхода. Вы ведь старались ее уберечь.»

Да, конечно, я не знала, не желала и я старалась... Но что толку?

Я боялась за неё. Очень боялась. Я знала, что она очень доверчивая и ведомая. Она всегда была как нежный цветочек среди чертополоха. Вокруг любовь и уважение. А тут мат, пошлость и мерзость. Ведь дети — зеркало своих родителей. И то, что я видела в Сониных сверстниках меня пугало жутко.

Я не отпускала ее в детские лагеря, потому что боялась подростковой испорченности и взрослого абьюза. Сама в детстве натерпелась от разных педофилов. Я так боялась, что кто-то ее обидит, наверное, поэтому я слишком опекала ее. Была ли я плохой мамой поэтому?.. Я не могу ответить на этот вопрос...

Она не смогла так больше. Ей было невыносимо. Она больше не могла выносить эти муки. Моя бедная, моя славная, моя милая девочка... Как же мне жаль, что тебе было так тяжело, так плохо... Как мне жаль, что я не справилась со своими страхами, со своей злостью и осуждением... Жаль, что не помогла тебе, не уберегла, не поддержала... Не обняла и не сказала, что люблю тебя в последний раз...

Ты тихо ушла совсем одна, не видя для себя другого выхода. Ушла, чтобы больше не вернуться... А я почему-то осталась. Со своими принципами. Идеалами... теперь они рассыпались в прах. Все стало не важно. Остались только боль и чувство вины.

Теперь и я узнаю, где мой предел прочности...

5 августа 2022

День 102. О дивный новый мир

Один из моих любимых литературных жанров — антиутопия.

Олдос Хаксли, Замятин, Бредбери, Оруэлл.

Невозможное будущее. Эволюция и гуманизм. Мораль и совершенство. Принципы и Логика.

Я всегда была идеалисткой.

Мне нравился Ницше с своей идеей сверхчеловека. И чего греха таить, в философском идеалистическом порыве иногда у меня проскакивали такие идеи, что мой собеседник порой шутливо подмечал: «Оля, да ты скрытый фашист!»...

Сверхчеловек, который все может. Он способен поворачивать ход истории. Он — сильный дух, крепкое тело и острый ум. Он — гений природы. Он — Говард Рорк из «Источника» или Джон Голт из «Атлант расправил плечи» Айн Рэнд или Дикарь Джон из «Дивного нового мира» Олдоса Хаксли. Он создаёт новый мир. Свой мир.

Но создатель должен быть сильным. Смелым. Талантливым. Честным. Он должен иметь принципы. Ради которых готов будет пожертвовать, если придётся, жизнью. А если таких людей будет много? Это будет другой, дивный новый мир сверхчеловеков...

Это просто фантазии, и нам всегда нравилось спорить с Сашей на эту тему.

Я пыталась придумать идеальный план создания идеального общества, Саша доказывал мне что это невозможно, и даже опасно.

Теперь, когда «не идеальный» по моим понятиям человек ушёл из жизни и мне так паршиво, что я готова была бы отдать все что имею, включая свою жизнь, чтобы вернуть ее, эти идеи стали для меня пустым звуком. Теперь я поняла, что звания, достижения, успехи, награды, признание... все это такая бессмыслица по сравнению с улыбкой, объятием и звонким смехом твоего родного, любимого малыша.

Иногда я вижу, как с пляжа возвращаются мамы с детьми. И иногда я вижу, что ребёнок болен. У кого-то ДЦП, у кого-то тяжёлая форма аутизма. Не идеальный ребёнок. И этот малыш идёт за руку с мамой. Раньше я не могла смотреть на такого ребёнка, я опускала глаза. Мне было жаль его. «Вот где ежедневная борьба и боль. Вот где кошмар» — приходило мне в голову раньше.

А сегодня я увидела счастливые глазки этого ребёнка, услышала его смех и увидела маму, которая держит за ручку своего сына-инвалида. Она смотрела на него с любовью, она тоже улыбалась ему!

Она — несчастная? Да она счастливица! Потому, что она может держать его за ручку... Она может слышать его смех... Это и есть главное счастье в ее жизни... Да, ей не легко, но одна его улыбка и прикосновение к его тёплой ручке — и Мама вознаграждена за все свои усилия.

Нет ничего более прекрасного, чем держать своего ребёнка за руку или обнять его, вдохнув его запах, прижимаясь к его мягкой тёплой щечке, гладить его по шелковым волосам.

Нет, теперь мне не нужен идеальный мир с идеальными сверхлюдьми.

Сверхлюди для меня теперь — это те, кто не смотря на свою не простую судьбу могут улыбаться и быть счастливым просто потому, что рядом близкие родные люди. Быть благодарными за то малое, что у них есть. Просто потому, что они ещё живы.

Те, кто знают цену настоящему счастью.

6 августа 2022

День 103. Memento Mori

Что было бы, если бы мы знали, сколько нам осталось?

Смерть или близость к ней определяет человека. Трус проявит себя. Смелый и сильный останется таким до конца.

Если бы каждый из нас знал день и время своей смерти, что это был бы за мир? Когда-то я прочитала роман Кормака Маккарти «Дорога». Это произведение поразило меня. Натурализмом, реализмом и... пессимизмом...

Люди, оказавшись на пороге апокалипсиса, вели себя как звери. И настоящая опасность происходила не от мифических врагов или захватчиков. А от простых людей, скованных страхом, ужасом, и голодом. Бандиты, насильники, каннибалы...

Но неужели все было бы так плохо? Неужели нет надежды на спасение? Ведь людей так много, и они все такие разные. И даже в этой книге встречались и хорошие, положительные персонажи, которые помогали главным героям, отцу и сыну в их пост-апокалиптическом путешествии через всю страну.

Кто-то, узнав о дате своей смерти, стал бы жить сегодняшним днём, вспомнив о главном — о любимых людях, проведя последние минуты жизни с ними, взявшись за руки. Как это было в фильме «Последняя любовь на Земле» с Евой Грин и Юэном Макгрегором в главных ролях. А кто-то бы устроил террор, как в фильме «Слепота» с Джулианой Мур и Марком Руффало в главных ролях.

А еще есть прекрасная притча о смерти. Однажды богатый царь города узнал, что Смерть пришла в его город. Он так испугался, что она придет за ним, что отправил своего лучшего слугу узнать, правда ли это. Сам царь был так объят страхом, что бросился бежать из своего дворца в соседнее королевство. Слуга, тем временем, выполняя приказ своего царя, отправился в город и стал искать Смерть. Он искал ее повсюду, в торговых рядах, в порту и на пристани, в солдатских бараках. И в итоге он оказался на центральной торговой площади города. И вот Смерть предстала перед этим слугой и спросила его: «Зачем ты ищешь меня?» И храбрый слуга ответил: «Я ищу тебя, чтобы спасти своего господина! Мой господин — царь этого города. От отважный и достойный царь, и он не заслуживает смерти!» И Смерть ответила слуге: «Тебе нечего бояться за отважного царя этого города, у меня совсем другой план. Скоро я оправлюсь в соседнее королевство и заберу с собой трусливого царя, который прячется от меня там».

Смерть определит каждого из нас.

Если бы я знала день своей смерти, я была бы счастлива, если бы этот день был уже скоро. А если нет, распланировала бы остаток жизни так, чтобы успеть сделать хоть что-то полезное.

Но это сейчас, когда я подошла очень близко к смерти. И она уже определила меня. Отметила. Первый раз, когда я узнала свой диагноз. А теперь, когда погибла Соня, кажется, я в полной мере осознала, что жизнь конечна. И человека может не стать в любой день. Теперь я не боюсь смерти. Даже наоборот, я воспринимаю ее как добрую подругу, которая однажды поможет мне вернуться домой и увидеть мою

любимую девочку. Memento Mori — помни о смерти. Учитывай, что добрая Подруга может прийти в гости в любой момент. И будь готов достойно ее принять.

Живи так, как будто каждый твой день — последний.
Сегодня — первый день твоей оставшейся жизни.

7 августа 2022

День 104. Заслужила?

«Это я виновата?» — теперь я с этим вопросом засыпаю и просыпаюсь.
Второй вопрос, который мучает меня: «Я это заслужила?»

Я была не очень хорошим человеком. Я делала много плохого людям. Не специально, нет. Но меня и не особо заботило, что будет с человеком после моего обмана или предательства. Не было человека, которого бы я не обманула, и не обидела. За что? Я не знаю. Потому что могу. Потому что тот, другой слабее. Это жестокое и подлое сознание — пнуть слабого за то, что он слаб.
Великодушие? Терпение? Доброта? Любовь? Нет, не слышала.
Я за ум, силу, смелость, правду, упорство.

И вот она, карма?

Вот так, думала я, я получила по заслугам за все зло, что причинила людям. За гордыню, наглость, эгоизм, лживость, подлость, трусость. Я заслужила. Это не поддаётся сомнению.

Но тогда... получается, что все это заслужил и Саша?..
Или ребёнок, больной раком заслужил свою болезнь?
Или дети, попавшие под обстрел больного психопата, заслужили погибнуть в ужасе и боли? Они тоже заслужили? За какие такие грехи маленький ребёнок мучается от постоянной боли, умирая в медицинской палате?

Странная получается логика...
А может и нет тут никакой логики?..

Я виновата, да. Но заслужила ли?..
Никто не заслужил бесконечной боли, тяжелой болезни. Никто не заслужил пережить смерть своего ребёнка. Никто не заслужил смотреть, как мучается, как умирает твой ребёнок у тебя на руках. Никто. Ни святой, ни грешник.

Это не вопрос «хороших» и «плохих». И дело тут не в карме. Почему это произошло со мной?... а это уже третий вопрос...

8 августа 2022

День 105. Черно-белое

Недавно я посмотрела фильм «Романс о влюбленных». Я видела его раньше и мне он очень нравился. Тут в Анапе, я каждый день балую себя просмотром хороших советских фильмов. Саша не любит советское кино, а я очень люблю.

Это история о парне, который ушел служить в армию и чуть не погиб, спасая незнакомых людей на самом краю мира. Без вести пропал и считался погибшим. Его ждала любимая. И получив похоронку, так горевала о нем. Но время шло и в итоге она смогла найти в себе силы жить дальше и даже полюбила другого. Вышла за замуж.

А главный герой чудом выжил. И вернулся к своей любимой. Но она была счастлива с другим. И девушка сказала парню: «Я ждала. Я так ждала. А потом я умерла от горя. И той меня больше не стало. Теперь я другая. И я люблю другого.»

Ему было так больно. Он не верил. Он злился, он очень страдал. Он надеялся, что все можно вернуть, исправить, он верил, что нужно бороться за свою любовь. Но когда его любимая попросила его простить ее и пожелать ей счастья, он так и сделал. Он простил... а потом упал, схватившись за сердце...

Парня подхватили и несли на руках, и оплакивали, как погибшего. Брат крикнул: «Но ведь он дышит!» А ему ответили: «Он умирает. Умирает внутри. Того человека больше нет.» И с тех пор мир его стал черно-белый. Он видел и слышал. Он ходил и даже делал что-то. Он существовал. Но он был пуст внутри. Ничто не радовало его. Ничто не было важно. Он ел. Пил. Спал. Ездил на работу. И так каждый день. Черно-белые дни сменяли друг друга.

Это было так грустно... и так похоже на правду...

Когда случается горе, мы как будто умираем внутри...

И я боюсь, что мир станет черно-белым и мы будем доживать свою жизнь, отмечая одни и те же черно-белые дни. Без чувств. Без желаний. Без надежды.

9 августа 2022

День 106. Без тебя

Уже неделю мы с Сашей не виделись. Так надолго мы давно не расставались с Сашей.

Иногда я спрашиваю его: «Как тебе одному?» и он неизменно отвечает: «Мне очень хорошо!» Иногда я думаю: «Может быть ему и правда легче и лучше одному?..» Из-за меня ему столько хлопот. И я все время плачу. А ему приходится меня успокаивать и поддерживать. Ведь сколько на это нужно сил и нервов. И где их сейчас взять?.. Ему и самому очень плохо, а тут ещё я...

Как мне без Саши?..

Я не одна. Это и хорошо, и не очень. Хорошо, потому что родители заботятся обо мне. А я о них. Не очень хорошо потому, что моя мама очень беспокоится за меня. Но она, в отличие от Саши, не может спокойно позволить мне переживать мои эмоции. Ей не хочется, чтобы я плакала или грустила. И мне приходится прятаться, уходить и часто скрывать своё настоящее состояние, чтобы не тревожить маму. Я стараюсь быть с родителями такой, какой они хотят меня видеть. Но это не просто.

И ещё я не могу побыть одна по-настоящему. Не могу поплакать, потому что вот-вот постучится и зайдёт Мама, чтобы что-то спросить. И этот ее вопрос: «Как дела?»... Что я на него отвечу?.. Я не могу сказать правду, что мне паршиво, что сдохнуть хочется, что ненавижу себя и не хочу это продолжать. Нет. Я неизменно отвечаю: «Ничего. Нормально.» Плачу я поздно ночью, когда родители уже спят. Вот тогда я могу тихо плакать. И никто меня не тревожит.

Я хотела понять, лучше нам с Сашей вместе или лучше порознь? Саша говорит, ему легче одному. А мне? Я хотела понять, как это — быть одной? Легче ли переживать своё горе самой по себе? Может мне стоит уехать и побыть в одиночестве, чтобы понять это? Но пока я так и не поняла. Потому что я сейчас не одна.

Я не знаю... Но могу точно сказать, что Саша для меня очень близкий человек и для меня он очень дорог. Вместе мы или по отдельности. Все равно он хоть немного, но со мной. А я с ним. Даже если между нами 2000 км.

10 августа 2022

День 107. Друг?

Сегодня был странный день.

Рано утром, в 4 утра Саша должен был ехать с Димкой в Москву на машине.

Но поездка внезапно отложилась.

Димка позвонил мне вчера поздно вечером. И сказал, что не может дозвониться до Саши, чтобы сказать ему, что он не может ехать. Ему предложили работу. И это единственный день, когда его будущий работодатель сможет с ним встретиться и обсудить предложение о работе. И хоть Димка уже обещал Саше, но тот лёг спать, уверенный, что рано утром они поедут в Москву, он поехать не сможет. И как об этом сказать Саше?.. Ведь обещание — есть обещание.

— Дима, ну что ты. Конечно, делай свои дела. Предложение о работе — это очень важно. Тебе надо поехать на встречу со своим работодателем.

— Но если я откажусь, то он же такой упрямый, он же поедет один!

— Нет-нет! Нельзя ему ехать одному... надо его уговорить отложить поездку... — как будто вслух я начинаю рассуждать.

— Да-да, надо отложить! Буквально на день отложить! Уговори его, Оля! — подхватывает мою мысль Дима.

— Хорошо... Я попробую его уговорить...

— Он слушает только тебя. Только ты и сможешь его уговорить перенести поездку!

— Дима, ну он и меня не всегда слушает... Но, конечно, я попытаюсь его завтра уговорить не ехать одному.

— Да, уговори его, пожалуйста! Я могу поехать в любой другой день, только не завтра!

— Дим, хорошо, значит послезавтра ты сможешь поехать?

— Да, конечно! Я точно смогу!

Я успокоила Диму. Сказала, что напишу Саше и все объясню ему.

Я написала большое сообщение Саше. Рассказала, что Дима не может поехать с ним и попросила его отложить поездку на день. Я так переживала, что Саша все же поедет один, что так и не легла спать. Так я и не спала до 5 утра. Чтобы не проспать, а дожждаться его ответа. И он ответил мне, что, конечно, он перенесёт поездку и, чтобы я не переживала, и ложилась спать.

И я спокойная и довольная, что все получилось, легла спать.

А днём я рассказала Саше, что Дима очень рвался поехать, но я уговорила его не глупить, и ехать на собеседование. Я постаралась сделать так, чтобы Саша не разочаровался в лучшем друге. Пусть он думает, что Димка хотел поехать с ним и был готов все бросить и поехать. Ведь он обещал. И он не хотел подводить лучшего друга. Пусть так.

Пусть ещё на денёк у Саши будет его лучший друг...
Ведь послезавтра они поедут в Москву и, надеюсь, тогда они поговорят по душам и выяснят все нерешенные вопросы и недомолвки?..

11 августа 2022

День 108. И не враг, а так...

Утром я открыла телеграмм, ожидая увидеть сообщение от Саши или Димы. Что-то вроде «Мы в пути и до Москвы осталось 2 часа».

Но вместо этого прочитала длинное сообщение от Саши. Он рассказал о том, что Дима написал за 30 минут до выезда, что он не сможет поехать. Снова. Я не верила своим глазам...

На это сообщение Саша ответил Диме, что не знает что сказать, ведь Дима никогда его не подводил так раньше... И это видимо было той необходимой зацепкой, чтобы Дима смог найти повод для обиды. «Подводил раньше». Дима был вне себя. Он был обижен на это слово. Он никогда раньше не подводил! И ведь это правда...

Но что сделано, то сделано.

Саша в этот момент был уже в самолете на пути в Москву. Когда я ответила ему, что мне очень жаль, что друг так подвёл его, его самолёт уже садился в Москве.

Саша так быстро справился сам! Сделал все дела в Москве и вернулся в аэропорт, вылетев самым ближайшим рейсом обратно. Уже в 6 вечера он был дома, в Питере.

Он справился. Он сделал все сам.

Я не хотела рассказывать Саше о том, что его друг и не планировал ехать с ним в первый раз. И звонил он мне не для того, чтобы сказать, что бросит все и делает то, что обещал лучшему другу. А для того, чтобы не только не сделать то, что обещал, но и попросить девушку друга: «Ты скажи, что это не я, а ты попросила. Чтобы я не был виноватым. Тебя то он послушает!» Я соврала Саше из-за него. Прикрыла его. А он... Ещё и представил себя жертвой, громко хлопнув дверью.

Я не знаю, в чем его проблема с Сашей. Но я-то ничего плохого Диме не сделала, чтобы так поступить со мной.

Я не хотела ещё больше расстраивать Сашу этой правдой. Потому что надеялась, что это просто какое-то недоразумение. И Дима появится и все объяснит. Может произошло что-то? Может у него проблемы?..

Чуть позже наша общая знакомая привезла Саше ключи от нашей квартиры, которые передал ей Дима. Наши ключи всегда были у Димы. Этот поступок явно говорил сам за себя: «Адъес, Амиго. Забери свои вещи».

Саша был растерян. Он был очень расстроен. Он не понимал.

А я была так зла на Диму! Особенно, когда слушала Шашины сбивчивые объяснения и предположения на счёт мотивов и причин Димы. «Ведь он так хотел поехать... и тут такое... ничего не понимаю...»

Ничего он не хотел! Ничего кроме как быть всем и для всех хорошим! И тогда я все рассказала Саше. Он вправе знать правду. Пусть он сделает свой вывод. Но пусть сделает его на основе правды, а не домыслов. И я рассказала о том, как на самом деле прошел наш с Димой разговор. Я не выдумывала ничего, не приукрашивала правду. Рассказала все как было.

Вот так. И не враг, а так... Теперь Саше очень плохо.

Это его лучший друг. И так больно терять близких людей. Особенно, когда ты даже не понимаешь, почему?..

12 августа 2022

День 109. Свидание с морем

Каждый день я хожу на море. Я провожаю солнышко. Какие красивые тут закаты! И каждый день разные. Я каждый вечер делаю фото заката и отправляю фото Саше.

Сегодня море было шумное и веселое. Такие красивые, синие с белой пеной волны!

Я сидела и смотрела как веселятся дети вместе с родителями.

Как мы любили кататься на волнах! Соня любила прыгать с папиных или дедушкиных плеч. И любила ловить высокую волну, чтобы та подхватила ее с веселым смехом прокатила, пока не подоспелет следующая.

Сегодня было особенно красивое голубое с розовым небо. И такое же голубое с розовым море внизу. Я даже подумала: «Какая красота! Как будто не настоящее!»

А потом я собралась уже уходить, но взглянула в последний раз на море и увидела девочку... она была так похожа на Соню... Тот же цвет волос, та же худенькая фигурка. Такой же овал лица и даже очки так похожи. Я стояла и смотрела на неё как заворожённая... я не могла уйти. Не могла отвернуться. Я стояла и смотрела. Девочка склонилась над водой и мыла тапочки, она явно собиралась уходить. Я понимала, что это странно, не правильно. «Ведь это не Соня!» — сказала я сама себе. И тут же как будто упрямо ответила: «Я знаю...» — «Так зачем же ты смотришь на неё?..» — «Она живая... она смеётся, она бежит, ее волосы такие красивые, русые с медной рыжиной... это так красиво, что я просто не могу не смотреть...» Это было похоже на сон. Или как будто я смотрела фильм. Или если бы существовала параллельная реальность, где такая же девочка, как моя Соня жила и была счастлива. И вся жизнь у неё была впереди.

Потом я поняла, что девочка вот-вот соберется и уйдёт вместе со своей семьей. И я решила подойти поближе. И уже тогда заметила, что черты её лица чуть другие. И голос другой... И тогда мой сон растаял... и тогда я смогла уйти... Но эти мгновения живой иллюзии, сон наяву — все это было прекрасно...

Через 2 месяца Соне бы исполнилось 12 лет... но ей навсегда останется 11. Как-то я сказала ей: «Бусинка, вот бы ты не выросла, а всегда оставалась моей маленькой девочкой!» Так и случилось... Все как я и хотела...

Через 2 месяца истекут мои 170 дней, а что будет после? Мне нужно что-то решить... что-то сделать. Уйти или остаться. И если уйти, то куда?.. а если остаться, то зачем?.. Если бы я вдруг сейчас сошла с ума, потому что мое сознание бы затуманилось галлюцинациями, и могла бы видеть Соню как будто наяву, я была бы счастлива наверное... Да, я бы предпочла такую счастливую иллюзию реальности.

Может потому, что моя реальность для меня сейчас больше похожа на страшный сон, который никогда не кончится...

13 августа 2022

День 110. Обрывки

Еще рано, есть ещё 10 минут, она лежит на моей руке, а я обнимаю ее сзади, так и лежим, сопим... Она прибежала ко мне и легла погреться перед школой...

Утро. Темно. Золотые волосы. Длинные, густые... Я заплетаю ей косу наощупь, в темноте...

Я обнимаю ее крепко сзади после того, как заплела ей косу... и держу так, обняв...

Я обнимаю ее очень крепко, когда она ещё холодная, с мороза, стоит в пуховике и шапке, вернулась из школы... Я обнимаю ее сильно, да так, что ей уж дышать нечем, а она смеётся...

Я обнимаю ее за пузико, когда она прибежала, чтобы рассказать что-то забавное, и я слышу, как бьется ее сердечко...

Я тянусь, чтобы убрать со лба выбившуюся порядочку волос, она улыбается мне...

Я обнимаю ее крепко-крепко на ночь и шепчу на ушко: «Я не человек и не горошек, я ёжик, веселый ёжик...» А она держит меня за шею и не отпускает, а я говорю: «Все, Бусинка, пора спать», она разжимает ручки...

Я глажу ее по щёчке и прошу «Дыши, Буся, дыши, пожалуйста дыши!» А она лежит на льду и хрипит, кровь течёт из ее рта... Ее уносят санитары, а потом один из них говорит: «К сожалению, она умерла»...

Конец... плёнка порвалась... черный экран...

Я вижу эти обрывки снова и снова.
И не могу проснуться от этой жизни...

Освободи меня...
Забери меня...
Прошу тебя, отпусти меня,
Прости меня...

14 августа 2022

День 111. Альбомы

Я начала работу над этими альбомами 9 мая.
И вот, спустя три месяца, я закончила.

5 альбомов стоят один за другим. И еще шестой альбом был сделан еще в Питере для мамы. Фотографии в него клеивал Саша. Я уже не успевала все доделать сама. Я взяла распечатанные фото и пока еще пустые пять альбомов в Анапу, чтобы закончить этот большой творческий труд. Я работала над ними в Питере и продолжила работать в Анапе. Мне понадобился почти месяц, чтобы вклеить все фото и творчески оформить каждый разворот. Сделать подписи и иллюстрации.

Это было не легко. Особенно тяжело давались последние развороты последнего альбома. Последние кадры, где Соня еще жива и улыбается нам... Но с каждым фото этот страшный день все ближе...

Вчера мне было невыносимо больно. Такие тяжелые дни бывают, когда думаешь, что смерть была бы большим благословением... Потому что это очень больно и кажется, что не сможешь больше это выносить.

Сегодня полегче...Я сегодня тоже много плакала. Но плакать от тихой грусти не тоже самое, что плакать от чувства ненависти к себе и жгучего чувства вины перед Соней. И теперь, рассматривая каждый альбом, я вижу на фото Соню, которой был всего годик, два, три года... Я вижу, как наяву, все эти моменты. Я помню каждый из них, как будто это было вчера.

Милая моя, забавная, веселая девочка с озорными глазками и медово-золотыми волосами.

Как же я скучаю по тебе...

15 августа 2022

День 112. Скоро встретимся

Сейчас 0:02 ночи.

И завтра я вряд ли успею что-то написать. А все потому, что завтра весь день я буду заниматься сборами и приготовлениями к поездке в Роза Хутор.

Сначала я еду ночным поездом Анапа-Самара и делаю пересадку рано утром в Краснодаре. А затем на Ласточке еду от Краснодара до Розы Хутор. И уже в обед я планирую быть на месте.

Я приеду раньше Саши. Его самолёт прибудет в Сочи только в третьем часу дня. И ему ещё добираться на такси от аэропорта в Адлере до Розы Хутор.

Я хотела проверить, удастся ли мне попутешествовать самостоятельно. Это моя первая самостоятельная дальняя поездка после операции на колене. И завтра я смогу это проверить.

Я соскучилась по Саше. И он говорит мне, что скучает по мне. И скоро мы встретимся. И будем гулять и смотреть на прекрасные горы. Будем отдыхать и ничего не нужно будет делать... И поэтому я немного беспокоюсь...

Ведь целых три месяца у меня была цель. Ради неё я просыпалась и делала то, что хотела и должна была делать. И теперь, когда эта работа сделана, я в замешательстве... Потому что я не знаю, что мне делать дальше...

Надеюсь, я что-то пойму... Чего-то захочу, однажды мне придёт какая-то новая, хорошая цель, ради которой я снова буду просыпаться каждый день?

16 августа 2022

День 113. Горы

Дорога до Роза Хутор была долгой, но мне понравилось!

Наверное оттого, что я чувствовала себя способной сделать все самой.

Я так давно не выходила из дома и тем более, не путешествовала одна. А тут ещё и больное колено и тяжёлая сумка. Справлюсь ли? Такси, ночной поезд, пересадка на вокзале, второй поезд, снова такси. Но все прошло хорошо, и я все сделала.

Горы! Какие они... красивые, аж дух захватывает! Как давно я не видела горы. Облака так низко. Горная река Мзмыта. Знакомые улицы, набережная, отели курорта Роза Хутор. Я успеваю заскочить к водителю трансфера до отеля. И мы едем на самый верх. Отель на горе, пеший подъем был бы совсем не прот.

И вот я уже в отеле, жду Сашу.

Он едет из аэропорта Адлера на такси. По дороге в отель он разбирается с возникшим недоразумением. Номер мне выдали не тот, что забронировал Саша. Он успевает все разругить еще в дороге по телефону, и нас переселяют в номер побольше, тот что выбирал Саша при бронировании.

Отличный номер. И спустя всего час мы понимаем, что с ним не так. Один всего минус — он на первом этаже. Рядом с нашими окнами стоят мангалы, и столы

для трапез на свежем воздухе, к которым вереницей тянутся отдыхающие. И с утра до вечера мы слышим запахи паленого мяса и веселые разговоры постояльцев отеля.

Что ж, придётся закрыть окна и гулять, пока любители жареного мяса не уйдут на покой. А завтра мы поедем на самый верх. Канатная дорога на отметку 2300 м. Скорей бы!
Я очень, очень соскучилась по Саше! Как я рада, что он приехал и мы снова вместе!

17 августа 2022

День 114. Софья на вершине

Утром Саша меня удивил новостью — мы переезжаем! Снова:) Оказывается, в 6 утра его разбудили дамы, которые пришли заняться йогой прямо под нашими окнами. Они включили музыку и начали свои занятия.

Так он подумал и решил, что бороться с соседями днём и ночью нет ни сил, ни желания. А хочется отдыхать. В тишине и покое.

Он сходил на ресепшн и договорился о другом номере. Тут нас не достигнет шум и запахи. Номер на третьем этаже. Номер красивый и намного больше прежнего. Теперь у каждого из нас отдельная спальня и Саше не придётся спать на диване. И тут действительно очень тихо. Ни намёка на шашлык:)

Перебрались, расположились, собрались и вот мы уже едем на трансфере в город, чтобы совершить подъем на канатной дороге на самый верх!
Этим маршрутом мы ездили не раз. Но каждый раз это очень завораживает. Как сказал Саша: «Только в горах ты понимаешь, какой ты маленький, не значительный.» А я добавила: «И понимаешь, что такое вечность. Горы вечны. А мы... мы нет.» И если раньше меня эта мысль повергала в лёгкий ужас, то теперь я думаю об этом с радостью. Это значит, что страдания тоже не будут вечны. Однажды это кончится.

Первая точка — 900 метров.

— Ой, гляди-ка! — я узнаю знакомое изображение. Это милое существо я видела и не раз, когда помогала Соне готовить доклад для уроков окружающего мира. Лесная соня, или соня Полчок — маленькая мышка с пушистым, как у белки хвостом,

которая живет в горах и питается ягодами и орешками. Соня тогда ещё была вегетарианкой и ей понравилось, что мышка тоже не ест мясо.

В честь этой мышки сони на горе построили ресторан и так его и назвали — Соня Полчок. Вот так я обнаружила первую Соню на горе:)

Осилив 2/3 пути, мы увидели огромную очередь на последний подъем. Осталось последние 175 м. Стоит ли стоять в этой огромной очереди?

Саша явно не был в восторге от этой идеи. Хочу ли я подняться на самый верх? Всего-то 175 метров... Я не знаю... нет, я хочу! Ничего, что очередь. Я хочу на самый верх. Решено.

И мы отстояли эту длинную очередь. 40 минут потребовалось, чтобы одолеть ее. Все бы ничего. Но мне как всегда «повезло»: Позади нас стояли очень нервные товарищи. Женская половина этого большого семейства никак не могла смириться с тем, что люди, которые усаживались на открытые кресла подъемника никак не хотели поторопиться. «Почему они не садятся по четыре человека?! Почему они садятся по два?!? Так же нельзя! Совесть надо иметь!» И вот, этот перманентный бубнеж продолжался все 40 минут... Это была серьезная проверка на мои нервы и выдержку.

В итоге мы дождались своей очереди и даже отвоевали право сесть вдвоём. И вот мы на самом верху!

Подивились плотным облакам, которые окутывают гору. Эти облака такие густые, что гор за ними становится совсем не видно. А потом чудо — облака расступаются, и ты видишь огромную каменную глыбу до самых небес! Видели горных коров, которые паслись на зелёном лугу и пили из горного ручья.

Саша устал, проголодался. А я вижу вдалеке каменную плиту с крестом на ней. «Я хочу сходить туда!» — показываю на этот крест. «Ну хорошо».

Сначала решаем подкрепится в небольшой кафешке, такие стоят на каждой точке подъема. А затем... видим огромную очередь на следующую точку маршрута, откуда можно начать свой спуск в самый низ. И мы решаем подняться туда пешком. Потому что пеший подъем займет меньше времени, чем стояние в очереди на подъемник. Километр в крутую гору. Ничего, я справлюсь!

— Ну что, ты ещё хочешь сходить туда к этому кресту? Саша спрашивает меня, и я чувствую, что он не особенно горит желанием ещё куда-то идти, ведь впереди километр пешком на самую крутую гору.

— Мы же там бывали раньше, помнишь? — говорит он с надеждой в голосе.

Да, бывали. И на секунду я думаю отказаться от этой идеи. Но в следующую секунду слышу свой голос:

— Нет, я пойду туда!

Почему-то мне совершенно необходимо прикоснуться к этой каменной плите. Я не знаю почему...

И вот я практически бегу туда. Саша еле поспевает за мной.

Я подхожу, и вижу... я видела это изображение много раз, когда искала образ для моей иконки...

— Саша, ты знаешь, что это? Тут изображена святая Софья! И ее дочери — Вера, Надежда и Любовь. Он удивлён не меньше моего.

Я подхожу ближе, прикасаюсь к этой мозаике, чувствую тепло камня. Я молюсь святой Софье, но мысли путаются от неожиданности. Вокруг много людей и дети кричат. Я стараюсь сконцентрироваться. Но я вижу ее! Я понимаю, что это безотчетное желание подняться, это желание добраться до этого камня с крестом... у всего этого есть причина. И я думаю, эта причина — моя Соня. Которая была с нами весь этот день. Она вела нас, направляла, подсказывала.

Я все ещё прижимаю к камню свои руки, я говорю со святой Софьей. Прошу у неё, чтобы она позаботилась о моей Соне. Прошу помощи в том, чтобы найти свой путь, чтобы понять смысл происходящего с нами, прошу мудрости и терпения. И слышу, как будто: «У вас все будет хорошо...»

Это был прекрасный день! Спасибо, Соня! Благодарю, святая Софья!

18 августа 2022

День 115. Магическая лавка

Теперь я стараюсь почаще «слушать» себя. Ну, или хотя бы, прислушиваться.

«Посмотри на небо!» — я слышу в своей голове. Поднимаю голову и вижу в вышине прекрасную сильную птицу. Она парит по окружности высоко над нашими головами. Орёл? Ведь это горный орёл!

А потом наша прогулка в горах, где я встречала Соню то тут, то там. Чудеса!

Мы гуляем по набережной курорта «Красная поляна». Внизу шум горной реки Мзмыта. Счастливые лица приезжих. Детский смех. Солнце, горы. Щебетание птиц, свежий лесной запах. Это совсем не то, что в городе...

- Я могла бы здесь жить и работать... — говорю я Саше.
— Кем работать?
— Все равно кем... Ведь в такой красоте это не важно...

Мы просто идём, немного посидим и идём дальше.
Простые покупки для маленьких радостей. Мёд с орешками, спелые нектарины, лепешки для домашних роллов, мороженое, которое мы съели, сидя на лавочке.

И вот я вижу магазинчик, который привлёк мое внимание. Мы проходим мимо. На обратном пути я решаю зайти в него. Он называется «Магическая лавка». И внутри столько необычного! Книги о магии, руны, карты таро, магические кристаллы, ловцы снов ручной работы. Большая половина товаров для меня слишком необычна и смысл их применения для меня загадка.

- Вам помочь? Ищите что-то определенное? — ко мне подходит продавец и видимо, владелица лавки.
— Нет, спасибо, я пока просто смотрю...

Ведь я и правда не знаю, зачем я здесь. Я прошлась по магазину, заглянула на полочки с волшебством, ожидая услышать внутри себя какой-то отклик. Но нет... Я не почувствовала ответа.

Мы вышли, а Саша зашёл в аптеку. Фармацевт попросила его подождать, пока она ищет нужный препарат, а я спросила себя: «Что бы ты хотела забрать из этого магического магазинчика?»

И я вспомнила прекрасные кристаллы кварца и горного хрусталя, которые так притянули внимание своей необычной расцветкой.

Когда я была маленькой, у моей любимой бабушки была книга о натуральных камнях. Я любила ее листать и читать отрывками про кварц, хрусталь, агат, лазурит, александрит. Бабушка хорошо разбиралась в камнях и могла назвать каждый из них только взглянув на фото.

Она говорила, что камни — они живые. И они рождаются тысячи, миллионы лет назад, впитывая в себя энергию. И если правильно выбрать камень, то он даже может дать сил или излечить своего владельца.

Моя бабушка была очень логичным человеком. Она была учителем математики в старших классах. Но прекрасно разбиралась в астрономии, физике, географии, минералогии и драгоценных камнях.

Когда мне было уже за 30, я побывала в Индии и там познакомилась с владельцем ювелирной лавки. Тогда я увидела целую россыпь разных камней. Каждый из них был особенным. И тогда я поняла, что может быть и правда каждый из них обладает своим характером, своей энергией.

Затем небольшой период жизни, когда я общалась с девушкой, которая пыталась увлечься ювелирным делом и камни снова отчасти стали предметом интересных бесед.

Само по себе ювелирное мастерство и ценность драгоценных камней и металлов меня не особо интересовало. Камень, как предмет роскоши? Нет, тут другое. Камень — как кусочек чего-то сильного, тайного, большего, чем он из себя представляет на первый взгляд.

Значит это будет камень?.. Но я совершенно в них не разбираюсь... Какой камень? Для чего?

Я открываю браузер на мобильном телефоне и ввожу поисковой запрос: «Какой камень помогает услышать...» и дальше я останавливаюсь. Потому что не могу понять, что или кого я хочу услышать. Себя? Свою душу? Своего Ангела-хранителя? Соню?

И через пару секунд раздумий я дополняю свой запрос: «... услышать душу» и тут же мне предлагают целый список камней, которые помогают усилить связь с потусторонним миром. Ух ты... неужели это правда? Может спросить у владелицы этой магической лавочки? Она то в этом явно разбирается...

И вот я вернулась в «Магическую лавку». Я подхожу к владелице магазинчика и сразу спрашиваю о наличии в ее магазине целого списка камней из предложенных в статье.

— Зачем это вам? — спрашивает она меня, строго глядя прямо в глаза.

Я, не ожидая такого прямого вопроса, чуть растерялась, но потом решила: я ведь уже тут. И я не как в том анекдоте, где мужчина спрашивал хлеб в аптеке. Я отвечаю:

— Чтобы услышать дух...

Владелица несколько бесцеремонно берет у меня из рук телефон и начинает перечитывать краткую статью о подходящих для этой цели камнях.

— С кем Вы хотите говорить?

— С дочкой...

Она несколько минут смотрит на меня, и потом говорит:

— Пойдёмте со мной.

Хозяйка говорит уверенным голосом с чуть напускной суровостью, которая, наверное, должна символизировать ее негласный авторитет и тайные знания, которыми она обладает.

Я иду за ней. Мы подходим к стенду с кристаллами и камнями. Она достаёт камень, который обработан по форме небольшого черепа.

— Вот то, что Вам нужно. Это яшма.

— Яшма?.. — я смотрю с недоверием на этот маленький гладкий черепок. Мне не нравится не цвет, ни форма, вернее то, что эта форма символизирует... и я понимаю, что мне хочется уйти.

— Да. Это яшма для защиты.

— Но мне не от кого защищаться. Мне наоборот, хотелось бы большего контакта.

— Но это очень опасно. Вызывать духов. Ведь прийти может другой, злой дух.

Тааак... вызов духов? Наверное, хозяйка меня не верно поняла. Да чего уж там, я и сама себя не особенно понимала. Но чувствовала, что это совсем не то, что мне сейчас нужно.

— Спасибо, но это не то. Я не чувствую, что хочу его забрать.

— Я могу разговаривать с душами умерших — вдруг уверенно сообщает мне владелица магазина, — но я не использую для этих целей камни. Я отправляю запрос и дальше чувствую, куда ведёт меня сила.

У меня, наверное, удивлённый и растерянный вид, и хозяйка Медной горы не отстывает от задуманного. Видимо, она решает помочь мне во что бы то ни стало.

— Сейчас посмотрим, что у нас есть... И женщина начинает перебирать камни из своей коллекции. Камни сложены в одной чаше, как в сказках про шкатулки самоцветов.

Я смотрю на яркие и чистые горные кристаллы, на пирамидки розового кварца. На чёрный кристалл с глубокими изумрудными прожилками. Я беру его в руку и пытаюсь понять, нравится ли он мне. Нравлюсь ли я ему? Будем ли мы друзьями, партнерами?...

— А нет ли у вас Чёрного турмалина? Только это название я запомнила из целого списка камней в статье.

— Вот он, чёрный турмалин — хозяйка показывает кулон с крупным чёрным камнем в золотой паутине на своей шее.

— Очень красивый кулон...

Она находит похожий камень и... зачем-то фотографирует его. Зачем?...

Оказывается, она не уверена, что это турмалин... Она использует какое-то нехитрое приложение на смартфоне, чтобы через интернет найти ответ на вопрос: «Что это за камень?»

И вот этот ее шаг решил все.

Мне пора.

Я собираюсь поскорее попрощаться с хозяйкой, но она довольно властно говорит: — Оставьте свой телефон.

— .. А.. зачем?..

— У нас часто новые пополнения бывают. Я поняла Ваш запрос. Если придёт что-то подходящее, я дам Вам знать.

Я все так же растерянно диктую ей свой номер...

И вот я уже иду к Саше. Он дождался нужного препарата и ждёт меня у аптеки.

И мы гуляем ещё немного, прежде чем решаем вернуться домой, в номер отеля. Я немного под впечатлением от нового знакомства. Не могу сказать, что эта встреча вызвала во мне светлые, добрые эмоции. Не было такого ожидаемого «узнавания», которое я чувствую, когда делаю что-то, что в итоге приводит меня в нужное время и в нужное место. Но это было слишком необычно, чтобы оценить свои эмоции.

В конце концов, эта женщина верит в то, чем занимается. Это ее вера, возможно, ее призвание. Да, она не очень хорошо разбирается в камнях, но это не значит, что она не помогает другим людям. Может ли она помочь мне? И нужна ли мне ее помощь?

Эти мысли очень скоро растворяются от свежего горного воздуха и вкуса сливочного пломбира. И очень скоро, мы, довольные, уже едем назад в отель.

Приятные хлопоты, несколько рабочих задач, ужин и любимый сериал. Я забыла о дневном знакомстве. Пока вдруг не вижу сообщение. Оно было отправлено буквально пару минут назад. Звук на телефоне по привычке выключен. И я совершенно случайно замечаю это сообщение. Это написала хозяйка того магазинчика, Юлия.

«Доброй ночи».

Время на часах — почти 11 вечера. Я смотрю на это сообщение, и понимаю, что я не уверена, стоит ли мне отвечать?... Но понимаю, что воспитание и отсутствие объективных причин для отказа от общения не позволяют проигнорировать его. Не сегодня, так завтра я отвечу на него. Не съест же она меня через телефон, в конце-концов!:) и я ответила: «Доброй ночи, Юлия.»

Наверное, я просто скопирую сюда нашу переписку. Стиль письма, орфографию и пунктуацию автора я сохранила:

Ю: Я пишу вам очень поздно, потому что на работе был напряг не могла освободиться так но сегодня точно нет у меня сегодня клиентка.

Мне нужна фотография имя вашей дочери дату рождения ну можете озвучивать можете не озвучивать это ваше усмотрение

Я читаю это сообщение, в котором нет ни знаков препинания, ни какой-то явной, четкой мысли. Отчего понять его смысл становится еще сложнее. Я перечитала его еще раз. Фотография Сони?.. ее имя? Дату ее рождения? От одной только возможности передать это сокровенное постороннему человеку неприятно резануло где-то внутри. Нет. Я не стану делать этого. Но я не хочу показаться не вежливой. И я понимаю, что сейчас мне понадобятся все мои силы и терпение, чтобы аккуратно отказаться от предлагаемой помощи такого порядка.

О: Юля, а зачем это нужно?

Ю: Это же вы сегодня приходили до хотели камень найти?

О: Да

Ю: Чтобы я могла найти именно вашу дочь. Я не знаю как её зовут как ней обращаться. Вот то что я вам говорю что нужно от вас. Если вы надумаете пишете.

Просто ну как бы людям которые этим никогда не занимались лучше бы не делать этого это очень опасно на сам деле это можно заболеть можно от этого.

Я в замешательстве... я совершенно точно не стану рассказывать постороннему человеку о моей Соне. Я не хочу беспокоить ее душу. Я не хочу, чтобы кто-то лез к ней, трогал ее, что-то выспрашивал, вытягивал. Но как отказать, чтобы не обидеть человека? Ведь эта женщина предлагает вроде как помощь... Я не ухватилась за идею вызова духа умершего ещё в магазине, когда хозяйка гордо поделилась своими способностями к спиритическим сеансам. Уж больно хорошо я помнила любимого персонажа сериала «Менталист», Патрика Джейна. Уж он то, как никто другой был хорош в своём призвании душить людей. И ведь это вдвойне проще для любого самоназванного мага — убедить человека в горе, когда он так подавлен и готов поверить во что угодно, лишь бы иметь шанс связаться с душой любимого человека. Я укрепилась в своей цели мягко отказаться от этой помощи. И наш диалог продолжился:

О: Спасибо Вам, что пытаетесь мне помочь, Юля! Просто для меня это... немного... странно очень. Я не планировала ничего такого. Просто мне очень нравятся кристаллы. Такие красивые — горный хрусталь или розовый кварц. И я читала очень давно, что камни — они как живые. Но нужно «узнать» свой камень. Почувствовать его. Я подумала, а вдруг я смогу выбрать такой камень, который я узнаю, и он бы понравился моей дочке. Я не собираюсь заниматься вызыванием духов или что-то такое. Я опасуюсь таких вещей.

И я просто верю, что ее душа со мной и все. И я часто получаю от неё знаки. Мне этого достаточно. Мне часто теперь просто хочется зайти куда-то, или посмотреть что-то. И когда мне удаётся «услышать» ее, тогда я вижу какое-то маленькое или большое чудо. Вот я и подумала, может я найду себе небольшого «помощника», чтобы слышать и видеть эти знаки почаще. Вот и к Вам в магазинчик зашла, потому что просто услышала: «Интересное место, давай зайдём?» Наверное, мне нужен кристалл для усиления интуиции или для того, чтобы «слышать». А что слышать? Свою душу может, или ангела-хранителя.

Юлия очень скоро ответила мне:

Ю: Она ко мне привела точнее.

О: Ну, я не знаю как объяснить. Вы меня извините, если я вас побеспокоила или неправильно Вам донесла свои желания. И я сама толком их не поняла ещё.

Ю: Я могу спросить что она хотела узнать более подробно. Всё хорошо для меня это норма.

О: Хорошо, спасибо Вам!

Ю: В общем переспите с этой мыслью и завтра споемся или приходите в магазинчик.

О: Хорошо, спасибо, Юлия! Спокойной ночи Вам.

Ю: Только если не придёте напишите мне о вашем решении.

И поразмыслив немного над этим странным диалогом я поняла, что я искала ясности. Кристальной ясности. Может именно поэтому мое внимание привлек кристально чистый кварц горного хрусталя? Камень, который я искала в помощь себе. Чтобы не потерять свой разум в дебрях миллионов вариантов самообмана. Я поняла, что хочу остаться собой, и что бы мне не сулили «маги» и «волшебники», моя вера сильнее. Не религия, нет. Вера. В то, что я люблю и всегда буду любить свою девочку. И буду знать, что она тоже меня любит и ждёт. Это и есть правда.

А камень?.. Да. Может быть. Но не здесь и не сейчас. Думаю, он и сам найдёт меня, если этому суждено случиться.

Думаю, мне во всей этой истории и без камня удалось увидеть правильный ответ.

19 августа 2022

День 116. Дождь

- Мне не становится легче, Саша... я боюсь и не станет никогда...
- Я понимаю... это никогда не пройдёт. Однажды мы научимся с этим жить.
- Жить с болью? Как доктор Хаус, которому больно, и он на викадине? А где нам взять викадина для души, чтобы так не болело?
- Нигде. Мы не заслужили, Оля. У нас и должно болеть.

Больно. Как прекратить эту боль? Как выключить сознание? Перестать думать. Перестать помнить. Не знать. Не чувствовать.

Самоубийство исключено, я для этого слишком труслива.

В общем, одна из возможностей уже исключается... и стыдно... Очень стыдно.

Ведь для меня, великовозрастной тёти, это трусливая слабость. Слишком мало-душно, оставить всех с этой болью, да ещё прибавить новой до края. А самой — ариведерчи?

Пойти к следователю и сказать, что это моя вина? Сесть в тюрьму?

Я думала об этом и причём довольно серьёзно. Я так хотела найти искупление. Хотела получить справедливую кару, думая, что это уравнивает баланс.

Может тогда не будет так больно? Пусть лучше физически болит. Пусть лучше будет страшно, чем так стыдно и горько от своих ошибок.

Станет ли мне легче, если я полностью возьму на себя вину и приму наказание в виде лишения свободы? Я не знаю. Возможно, что нет. Да и смогу ли я доказать свою вину или следователь, как всегда, посмотрит на меня сочувствующе, опустив глаза и пропустит мои убедительные доводы, так и не дополнив ими протокол следствия?..

Но, поговорив с Сашей, я поняла, что так я только принесу ещё больше хлопот и боли своим родным. Соню я не верну, но сделаю несчастным Сашу и своих родителей.

Ну хорошо, что же теперь?

Теперь можно лечь лицом к стене, и лежать так... плакать, плакать, плакать... Или можно попробовать увидеть маленькую радость, которая возможна в таком состоянии.

И вот что происходит.

Ты смотришь на небо, на горы, на море, на веселящихся детей, и ты вдруг замечаешь, как улыбаешься! Или смотришь хороший фильм, читаешь интересную книгу, говоришь с особенным для тебя человеком, с которым интересно, кто так хорошо тебя понимает, кто удивляет, увлекает или смешит тебя. И через несколько минут... ты уже забыла про свою боль и печаль. Да, ненадолго, всего на минуту, а то и меньше!.. Но это была минута чистой радости. Пусть даже всего раз за целый день.

Эти короткие эпизоды, как кусочки счастья, которые теперь мы собираем как пазлы огромной мозаики...

Когда у меня возникает тяжелый период особенно жгучей боли и тоски, я плачу. Столько, сколько это необходимо. А потом просто отвлекаю себя чем могу — чтением или рисунком. Смотрю старые советские фильмы. Пишу.

Рядом с Сашей мне легче. Потому что он смешит меня, заботится обо мне и главное, у меня есть возможность тоже заботиться о нем. Это приятные хлопоты, которые не только отвлекают от грустных мыслей, но дают повод считать, что даже сейчас я живу не зря. Я нужна ему. И значит, надо жить.

Иногда ничего не помогает. И тогда я учусь принимать это. А что делать? Можно прыгать, кричать, вопить, биться головой в стенку, но от этого только усиливается боль и чувствуешь себя еще несчастнее.

Сегодня целый день дождь. С самого утра. И так всю ночь со вчерашнего дня. Небо плачет. Горы в серовато-голубой дымке, капли стучат по крышам. Вчера вечером мы услышали этот стук. Я вышла на балкон, подставила лицо и руки дождю. Большие, тёплые капли стекали по моим плечам, лицу. Я стояла, закрыв глаза и подставив руки и лицо дождю и чувствовала одновременно и радость, и грусть. «Ты там, ты в безопасности. Далеко и так близко. Я чувствую тебя. Тёплый дождь, как будто ты обнимаешь меня...»

А мы ещё живы. И мы здесь. Нам нужно быть пока здесь. Если чувствуешь, что тебе больно, значит ты все ещё жив. Работа, бытовые вопросы, большие и мелкие задачи. Я занята сегодня весь день. Много работы накопилось. Саша не беспокоил меня работой целый месяц, а то и больше. А теперь потихоньку пора возвращаться в рабочий поток. Нужно успеть так много сделать. И это хорошо. Хорошо, что я нужна, хорошо, что я могу быть полезной.

Вот и обед... И я смотрю в окно и вижу... солнышко. Вот и дождь прошёл. И стало снова ярко и тепло.

— Пойдём гулять, Саша?

— Пойдём!

Если бы не было пасмурных дождливых дней, разве мы могли бы так искренне радоваться солнцу?

20 августа 2022

День 117. Доброта, интуиция и предназначение

Мы каждый день отправляемся на трансфере вниз, в город, гулять по ярким улочкам курорта Роза Хутор.

Набережная реки, ресторанчики на каждом шагу, сувенирные лавки.

Мы просто гуляем, потом сидим на лавочке, смотрим на горы и слушаем шум быстрой горной реки, потом снова отправляемся гулять. Иногда покупаем мороженое в одном и том же маленьком продовольственном магазинчике, присаживаемся на скамеечку и с удовольствием подкрепляемся. Иногда пьём капучино на веранде одного из ресторанов.

Так и сегодня мы поехали погулять и заодно закупиться продуктами. Аппетит тут в горах что надо.

Мы проходили мимо той самой «Магической лавки», где пару дней назад я встретила женщину, уверенную в своих магических способностях, но по странному стечению обстоятельств, не особенно понимающую в камнях и минералах, которые она продаёт.

Через 10 метров от этой лавки я увидела другой магазин.

Светлый, чистый, и вдруг такие яркие огоньки. Что это?.. Это камни! Целый магазин камней-самоцветов!

— Вот где надо было искать камни, тут целый магазин. — говорю как будто сама себе, просто вслух.

И девушка, которая работает в магазине. Я уже ученая, теперь внимательно смотрю не только на товар, но и на продавца. Девушка красивая, той настоящей, естественной красотой, которую в нашем современном мире редко встретишь. Настоящая русская красавица. И добрый, спокойный взгляд. Никаких резких движений, никаких таинственных взглядов, хитрого прищура или суеты в движениях. Она уверена в себе, и она... спокойна. Ей явно нравится ее работа и она любит свой необычный товар. Все эти мысли протекали в моем сознании пока я вдруг не услышала Сашин голос:

— Хочешь, зайдём туда?

Мы прошли уже метров 5, пока я была в своих мыслях. И тут снова уверенно, и неожиданно даже для себя, я вдруг ответила:

— Да, я хочу!

Который раз эта безотчетная уверенность. Да. Я хочу. Зайти.

И мы зашли в этот магазин камней.

Здесь совсем другая атмосфера. Чистая, спокойная энергия. Камни расположены на столиках. Каждый столик — коллекции натуральных камней разной обработки — не ограненные камни и ошлифованные пирамидки идеальной формы, 6 и 8-ми конечные вытянутые, обточенные кристаллы. Гладкие, круглые сферы и сотни разноцветных камней всевозможных форм и размеров. Не говоря уже об украшениях: кольца, серьги, браслеты, ожерелья из драгоценных и полудрагоценных камней.

Глаза разбегались!

Первый камень, который приглянулся мне и мне сразу захотелось прикоснуться к нему. Тёмный, почти чёрный в самом низу, затем плавный переход в темно-фиолетовый, затем в изумрудный и прозрачный на вершине. Идеальный отточенный кристалл, который легко помещается в руку. Тяжелый и холодный. Долго я разглядывала его, прежде чем поставить его на место.

Столько необычных и красивых форм и цветов. Я прикоснулась ко многим из них. Я искала тот самый. Особенный. Мой.

Так мы провели в этом магазинчике больше часа и даже не заметили, как прошло время. Девушка-продавец знала каждый камень в своём магазине. Она определяла камень по внешнему виду. Не тоже самое, что сканирование камня в приложении для определения его названия. Такое знание дела, и явно серьёзный опыт в минераловедении.

Я назвала ей все те же камни, о которых не имела представления хозяйка Магической лавки по соседству. И девушка нашла и показала мне каждый из названных мною камней. Я взяла в руку и подержала каждый из них, надеясь таким образом «познакомиться» с камнем и узнать, не хочет ли он стать моим другом? Нравится ли ему моя энергия? Дополним ли мы друг друга?

Так прошло больше часа. Мне особенно понравилось 2-3 камня.

Один — такой необычный. Состоящий из двух камней, сросшихся друг с другом. Нижний — полевой шпат. Белый с желтоватым оттенком. И сверху чёрный, глянцевый камень, частично огранённый, Марион. Чёрное и белое. Один связан с другим. Положив его в левую руку и накрыв сверху правой рукой мне показалось, что я поглаживаю чёрную, блестящую и холодную змею. Уж очень огранка верхнего чёрного Мариона походила на голову змеи. И кажется, в этот момент я почувство-

вала внутри какую-то вибрацию. Может это он? То есть... они? Чёрное и белое — доброта и поддержка в основании и темная, сильная энергия сверху. Как Саша и я. Вместе, неразрывно. Связаны.

Пока я «слушала» своих новых знакомых, Саша сказал: «Какой красивый камень, я все смотрю на него и никак не могу оторваться, что это за камень?» — и он подошёл к довольно большому кварцу, который стоял в центре стола и был похож на кусочек искристого снега посреди ярких огоньков других камней. Самый светлый, самый чистый. Не ограненный, натуральный камень. Как будто ещё вчера он жил на большой глубине в холодном горном ущелье.

«Это кварц» — ответила девушка.

Она рассказывала нам о том, как живет и растёт такой камень, сколько ему может быть лет, а я все думала, ведь этот камень «повидал» многое наверное... За сколько сотен лет он превратился вот в такой большой и сильный камень? Сколько же энергии понадобилось, чтобы он стал таким. — А сколько он стоит? — спросил Саша.

Узнав цену, мы оба сразу удивились.

— Это совсем не дорого для такого большого и красивого камня! — сказала я и Саша ответил:

— Я его заберу.

Вот так, я искала «свой» камень. И сначала мой внутренний GPS слегка ошибся, метров на 10 буквально, когда я зашла в соседний магазин. И вот теперь мы здесь, и Саша нашёл себе друга. Такого же светлого, сильного как он сам.

У нас ещё оставалось время до отправки трансфера и нам нужно было зайти за продуктами. Я знала, что мы вернёмся. Поэтому не торопилась. Мне нужно было время. Я все ещё сомневалась.

Когда продукты были куплены, и мы вернулись в магазин камней, Сашин кварц уже ждал его, упакованный в коробку. А я подошла к тому самому месту, где впервые взяла в руки самый первый камень.

— Скажите, а какой камень обычно берут для развития интуиции?

— Флюорит — ответила мне девушка.

Тогда я взяла этот темно-фиолетовый кристалл, который я интуитивно выбрала в самом начале, и показала его девушке.

— А это что за камень?

— Это и есть флюорит.

— Я его возьму.

Так и я забрала домой своего нового друга. Он похож на меня. Тёмный, холодный и острый. Но иногда, при особенном угле зрения можно разглядеть в нем и светлые участки. Его форма, размер, глубокие цветовые переходы — все это мне очень нравилось в нем.

Мы были очень довольны. И ехали домой в отель и у каждого из нас теперь был камень. Белый и чистый большой кварц — как символ доброты для Саши. И острый, тёмный небольшой кристалл флюорита — как символ интуиции для меня.

Потом мы несколько раз заходили в этот магазинчик камней. Я все смотрела на тот, второй камень. Чёрный Марион — змея на белом полевым шпате. И Саша мне сказал:

- Я думаю тебе нужно забрать тот камень белый с чёрным.
- Тот, что похож на змею на камне?
- Да.
- Может быть...

Сегодня я думала о том, почему я не забираю этот необычный камень, вернее камни? Они нравятся мне, они такие необычные. И явно значат для меня что-то.

- Почему я не забрала их сразу?.. Почему не могу забрать их прямо сейчас?.. Что-то мне мешает это сделать... — размышляла я вслух.
- Может это просто не твои камни? — ответил Саша
- Нет... тут что-то другое. Не так это просто.

Они напоминают мне нас с Сашей... А может именно поэтому я и не хочу их забирать? Может быть я все ещё не могу смириться? Не хочу каждый раз глядя на эти сросшиеся камни думать о судьбе или предназначении?

Раньше мы с Сашей были связаны Соней. И я понимала, точнее я думала, что это навсегда. Меня и Саши однажды не станет, а Соня будет всегда. И мы всегда останемся ее родителями. Даже если уже не будем вместе. Так мне казалось.

А теперь Сони нет. Мы уже не родители. Но мы связаны общим горем. И оно тоже навсегда. И возможно я не могу забрать этот камень, потому что он был бы напоминанием для меня.

О том, что мы связаны горем. Навсегда.

21 августа 2022

День 118. Вселенная—25

Утро. Я сижу в кровати и смотрю в окно. Наверное, вид у меня задумчивый и поэтому Саша спрашивает, что со мной?

Как только проснулась, я решила поискать новые книги.

Пару дней назад я дослушала аудиокнигу «Мы» Замятина. Впереди 5,5 часов дороги в Ласточке на пути в Краснодар. Я нашла подборку, очередной топ-100 лучших книг и с удовлетворением заметила, что 80% этих книг я уже прочла.

Пока я изучала список книг, я заметила рекламный блок. Видимо какое-то информационное издание рекламировало самую горячую новость. Какая-то девушка, судя по фото, очень молодая, лет 19-20. Заголовок гласил, что девушка наконец-то была найдена. Девушка на фото выглядела странно. Красные волосы, татуировки по всему телу, такой модный сейчас среди девушек взгляд аутиста и, конечно, губы в пол-лица и ресницы-опахала.

«Наконец-то найдена...» — подумала я. Наверное это хорошая новость? И я перешла по этой ссылке, чтобы узнать подробности.

В статье рассказывалось, что девушку нашли спустя неделю после убийства. Ее убил ее коллега по работе. Они вместе снимали и выкладывали в сеть домашнее порно. Оказалось, что девушка — известный блоггер, порно-актриса и что-то там ещё модное... Несколько ножевых ранений...

Я закрыла эту статью. Мне стало мерзко. На сайте любителей книг такое. Я почувствовала, как меня стало накрывать волной осуждения и презрения: «В мире гениальных, светлых идей и сюжетов, среди читающих и думающих людей живет такое... Уже не живет, неделю как гниет... но все же... Вряд ли эта модная блоггерша хоть раз держала в руках книгу, раз превратилась в животное, которое загрыз такой же зверь...»

Я сразу вспомнила сюжет, снятый в квартире маньяка-убийцы. Журналиста встретила Мать осуждённого. В квартире, которая была долгие годы домом для психически больного, агрессивного садиста не было ни одной книги... Когда об этой странности спросили его мать, она ответила, что «от книг глаза портятся»...

Какой ужас... Нет уж, только маньяков с самого утра и не хватало мне.

Я попыталась выбросить это воспоминание из головы, желая, как будто отряхнуться от него. Опустила глаза вниз, на экран телефона. Снова этот новостной блок — девочка 19-ти лет, найдена спустя неделю... Ведь она тоже когда-то была ребёнком... и у не тоже есть Мама... что же чувствует сейчас ее Мама?... А может она сама, эта девочка, может она тоже была очень несчастна?..

«Не буду больше думать о плохом, я же сюда не за этим пришла, на этот сайт! Я же книгу новую ищущу» - как будто напомнила я себе, чтобы снова отвлечь свое сознание от тяжелых размышлений. Но печальная мысль уже зародилось внутри и покидать меня так просто она не хотела. Я вспомнила, что не раз встречала людей, у которых как будто аллергия на хорошие книги. Хорошие — это классика, это книги, заставляющие думать и чувствовать. Я не об эзотерическом шлаке, которым завалены полки книжных магазинов, который обещает золотые горы для читателей, не обременённых интеллектом. «Прочти меня и станешь счастливым, успешным, любимым!» — какой фантастический бред. Волшебная таблетка для ленивых умом.

Так вот что меня так раздражает с самого утра! Лень.

Говорят, лень — мать всех пороков. Умственная и эмоциональная лень. Именно она, как я думаю, и стала причиной гибели этой несчастной молодой девушки. Зачем учиться чему-то? Зачем напрягаться, трудиться? Если можно получить все. Деньги, популярность, славу. Грязную, дурно-пахнущую, как навоз, славу. Но какая разница? Стать блоггером, получать миллионы. Ничего не делать, только кривляться на камеру. Чем больше грязи — тем больше подписчиков! Какой простой бизнес-план!..

Каждый день, гуляя по улицам Красной поляны, мы видим так много разных людей. И 9 из 10 выглядят или странно или глупо или смешно. В основном это женщины. Наряд, который не соответствует фигуре, возрасту и статусу. Косметический беспредел на лицах, который порой доходит до абсурда. И всегда у таких фриканесс и соответствующее выражение лица: «Я — каралева!» Особенно это ужасно и мерзко выглядит, когда рядом за ручку этот фрик женского пола ведёт маленького ребёнка... ведь у этого малыша нет шансов. Совсем.

— А как же владельцы казино? Создатели порно? Наркодилеры? Владельцы табачных и алкогольных компаний? Люди, которые занимаются продажей органов? Зачем, для чего живут эти люди?

— Потому что есть спрос... — отвечает мне Саша.

Но ведь этот спрос и порождён болезнью. Той болезнью, которую пропагандирует и множит наше общество. Плохое любить проще. Ничего не нужно делать. Только получай удовольствие, как та мышка, которая нажимала на педальку в погоне за кайфом, да и умерла от истощения и голода.

Был и ещё один, более глобальный эксперимент с мышами. Он назывался «Вселенная-25».

Почему 25? Потому что до этого было 24 подобных попытки. И все они закончились тем же результатом.

Американский учёный — этолог Джон Кэлхун построил мышиный рай. Суть этого эксперимента была в том, чтобы организовать для мышей помещение, в котором будут созданы максимально возможные комфортные условия для жизни и развития мышиной популяции. Кэлхун сделал все возможное, чтобы подопытные мыши могли иметь неограниченный источник воды, еды, определённое пространство для жизнедеятельности, материал для строительства норок и т.д.

Кэлхун построил ящик-загон, в который были помещены всего 8 мышек, 4 самца и 4 самочки, каждый в возрасте 48 дней. В самом расцвете мышиных сил, так сказать. В загоне была оборудована подача воды и еды, в безлимитном количестве, по мере надобности мышей, при которой одновременно могли питаться 9500 особей, не испытывая никакого дискомфорта.

Температура была оптимальной для комфортного проживания мышей (+20 градусов). Загон периодически очищался и вообще поддерживался в постоянной чистоте. Был полностью безопасен для мышей. За состоянием здоровья постоянно присматривали ученые, исключалось попадание в загон хищников и возникновение инфекций. Сам Кэлхун называл этот загон «Утопией для мышей».

После того, как мыши очутились в своём раю, они начали активно размножаться, не удивительно, ведь всё необходимое для жизни есть с избытком — живи себе вдоволь и радуйся жизни!

Первый период (до рождения первого мышонка) назывался фазой А — он длился 104 дня. Однако он быстро сменился фазой В, когда рост численности популяции мышей в условиях, приближённых к идеальным, заметно увеличился. Рост популяции удваивался каждые 55 дней, но после 315 дня проведения эксперимента темп роста популяции замедлился. Наступила третья фаза — фаза С. Численность удваивалась теперь только каждые 145 дней.

Тогда в загоне находилось около 600 мышей и места для всех стало уже не так много, как было раньше. К этому времени у мышей распределились социальные роли, появилась иерархия, кастовая система.

Первой появилась каста «Отверженных», которые представляли собой изгоев мышиноного общества, их не принимали остальные мыши, эти отверженные обитали в центре загона.

В отношении них часто проводилась агрессия со стороны других мышей. Узнать про их положение в обществе можно было по внешнему виду — они имели на своём теле следы побоев, выдранные клочки шерсти, застывшую кровь, ссадины. Предпосылками для образования касты «Отверженных» стало то, что в идеальных условиях мышиноного рая мыши жили слишком долго, по сравнению с дикой природой, где им необходимо добывать себе пищу и защищать себя от опасностей.

«Пожилые особи» вступали в конфликт с молодыми, слабыми, не опытными мышами. Они конкурировали за место и социальные роли в стае. Молодые особи не могли найти себе место и становились изгоями — опускались на самые низшие уровни социальной иерархии. После изгнания у молодых поверженных самцов происходил внутренний упадок сил, они были сломлены и подавлены. Они меньше проявляли агрессию, даже не пытались защищать своих беременных самок, и лишь периодически они конфликтовали (нападали) на других мышей, чаще всего из касты «Отверженных».

При этом самки становились нервными и испытывали тревожность. Так как их самцы были вялыми, то им самим приходилось защищать своё потомство, проявлять агрессию. Но агрессия со стороны самок проявлялась не только ради защиты, — самки стали проявлять агрессию к своим собственным детёнышам. Не редко они даже убивали своих детей, после чего уходили в дальние гнёзда, становились отшельницами, отказывались от социальных ролей и размножения. Появилась каста «Самок-одиночек». После чего увеличение популяции мышей значительно упало, но увеличилась детская смертность.

В мышиноной среде стал развиваться Индивидуализм.

Началась (после 560 дней от начала колонизации) фатальная фаза в истории «Мышиного Рая» — фаза D, или фаза смерти.

Этот период характеризовался появлением новой касты «Красивых» (beautiful ones). Она состояла из самцов, которые вели себя нехарактерным образом. Они отказывались спариваться, драться и бороться за самок, защищать свою территорию, вели себя вяло, уныло. Всё, чем они занимались — это только ели, пили, спали, чистили свою шкурку, избегали любых конфликтов, выполнения социальных ролей и обязанностей. Кэлхун прозвал их «Красивыми», потому что на их тельцах не было следов драк, крови, царапин. Они проявляли нарциссизм и самолюбование, были эгоцентричными и относились с безразличием к остальным мышам. По прошествии определённого времени «Красивые» и «Самки-одиночки»

занимали большинство мышинной популяции. При этом они занимали верхние, дальние гнёзда загона, отстраняясь от остальных. И те и другие не желали спариваться. Средний возраст особи стал составлять 776 дней (эквивалентно 77 годам жизни человека), что на 200 дней превышает максимальную границу репродуктивного возраста. Мыши жили долго, детская смертность достигла уровня 100%, а рождаемость вскоре скатилась до нулевой отметки. Мышиное общество стало деградировать, регрессировать. Мыши практиковали различное девиантное поведение, гомосексуализм, спонтанную агрессию. При условиях изобилия пищи мыши практиковали каннибализм, самки отказывались воспитывать детенышей и убивали их.

Кэлхун также проводил ряд экспериментов на фазе D, он брал несколько групп Красивых и Самок-одиночек, помещал их в другой отсек, давая им волю и все те же комфортные условия. Однако мыши не поменяли своего поведения и вели себя также. Процветал индивидуализм, отсутствовала беременность у самок, в итоге мыши умирали от старости, не давая потомства.

По итогам эксперимента Джон Кэлхун выдвинул теорию «Смерти в квадрате» (death squared) или по-другому «Двойная смерть».

Первой смертью является смерть духа, которая настигла мышей до смерти телесной. Но после смерти духа, говорил Кэлхун, телесная смерть неминуема, она вскоре настигнет популяцию.

Острая конкуренция между молодыми изгоями и старшими особями приводит к распаду социальных связей и крушению общества в целом, его перехода в такое состояние, когда при низкой смертности, нормой становится примитивное «аутистическое» (от слова аутизм) поведение, ведущее к вымиранию популяции. После наступления первой смерти духа вся популяция обречена на вымирание и наступление физиологической смерти — это вопрос времени.

И читая подробности проведения этого эксперимента, думаешь, что это очередная антиутопия в кратком изложении. Только это не вымышленный сюжет гениального автора. Это правда. Да, это мыши, не люди. Но результаты на поздних стадиях уж больно начинают напоминать наше современное общество 20-х годов 21-го века...

Эти эксперименты проводились в 60-70-е годы прошлого столетия. Прошло 50 лет и вот, судя по описанным стадиям, мы уже близки в финальной D-стадии, то есть, мы на грани вымирания?

«Отверженные» — люди, которые по разным причинам не вписываются в современное общество. «Красивые» — таких уже 80% населения. Было бы больше, если бы их финансы позволяли.

Гомосексуализм, бодипозитив, феминизм. Наркомания, алкоголизм, зависимости разных форм и направлений — все это результат лени. Той самой лени, которая первой и убила дух каждой мышки, прежде чем умерло их тело.

Зачем трудится? Зачем стараться? Зачем нервничать? Ведь всё есть и всего в избытке.

Больное общество. Без шанса на выживание.

И даже если ты сам будешь читать хорошие книги, оставаться адекватным человеком внутри и снаружи, не станешь по веянию моды делать из себя клоуна, если у тебя нет Инстаграмм, и ты будешь создавать что-то хорошее, будешь делать то, что любишь. Даже это не спасёт твоего ребёнка от этой раковой опухоли — коллективного сознания саморазрушения... все равно 9 из 10 вокруг больны.

Особенно те самые дети, чья мать бежит на очередную процедуру ресничек и губок, кокетливо кривляясь перед очередным селфи... Эти 9 из 10 и добьют твоего растерянного десятого, «Отверженного», которому все это странно, страшно и чуждо.

Как в классической антиутопии. Человек против системы. Антиутопии всегда заканчиваются гибелью главного героя. Или его безумием. В любом случае, смертью. Физической или духовной. Или, как у Кэлхона, «смертью в квадрате».

22 августа 2022

День 119. Люди и мыши

Грустные мысли о больном обществе не покидали меня. Я думала о том, как же быть и как же жить, думая так плохо о людях.

Отучиться на психолога? Чтобы что? Помогать людям? Как я могу помочь людям, которых презираю? Это невозможно! Больное общество, на стадии D. Вымирающая популяция. Скоро останутся только «Красивые» но слабые мужчины эгоисты и «Самки-одиночки», не желающие давать потомство.

Но ведь люди не мыши.

Мы думаем, чувствуем. Никто не отменял интуитивное ощущение комфорта, которое возникает только рядом с сильным духом человеком. Не эгоистом. Человеком сопереживающим. Человеком, обладающим таким редким сейчас качеством — эмпатией.

Честный, достойный, смелый, великодушный человек никогда не станет «Отверженным». Для этого у него есть внутренняя сила. Дух, который сильнее трусости, слабости и жадности. Такие люди вызывают восхищение, уважение и любовь. Так было и будет всегда. Ну а «Красивые»... ну что о них переживать?... да, выглядят глупо, пошло, мерзко. Но это ведь их выбор. Такой вот «Красивый» найдет себе подобного, сойдутся, так сказать, на почве общих интересов. И, возможно, они даже будут счастливы какое-то время...

Каждому из нас мечтается встретить «того самого» человека, рядом с которым нам самим захочется стать лучше. Тот кайф от ощущения, что ты сам можешь и хочешь. Ты создаёшь. Ты пробуешь. У тебя получается. То, что ты сделал — здорово! Это нравится людям. Это помогает людям. Тебе благодарны. Ты чувствуешь смысл в каждом дне, каждом своём выборе. Это ощущение цельности, значимости, важности и осмысленности своего существования.

А что, если ты встретишь такого вот человека? Смелого. Доброго. Сильного. Умного. Щедрого. Великодушного. И больше всего на свете тебе захочется стать частью этого. Быть рядом с ним. Быть похожим на него. Быть ему опорой. Быть его вдохновением. Быть его радостью. Этот кайф не может перебить ни один наркотик. Любовь.

Настоящая любовь всем сердцем. Если не к человеку, то к своему делу, к идее, ради которой готов трудиться всю жизнь.

Потому что в конечном итоге ты творишь, как настоящий Бог. Создаёшь что-то новое. То, что останется после тебя. А в процессе этой работы ты создаёшь себя. И главный результат этой работы — ты сам. То, кем ты станешь.

Любовь меняет нас. Это не правда, что люди не меняются. Характер — да. Общие черты, генетический багаж. Это не исправить. Но любовь — это самая большая сила, способная изменить наше сознание. Укрепить наш дух. А если дух силен, как писал Виктор Франкл, психотерапевт с мировым именем, который был вынужден провести полжизни в концентрационных лагерях, даже в условиях нечеловеческих условий для жизни, человек будет жить.

Мы умеем любить. И это отличает нас от мышей. Мы мыслим, следовательно, существуем. Мы делаем выбор, основываясь не только на инстинкте выживания и размножения. По крайней мере, большая часть человеческой популяции.

Любовь к лучшему, что есть в каждом из нас.
Вера в то, что твоя жизнь дана тебе не просто так.
Не для того, чтобы ты прожег ее, как спичку.

Ты можешь гореть факелом. Долго.
И твой огонь может зажечь кого-то ещё.

23 августа 2022

День 120. Мир по книгам

Итак, до всех этих грустных мыслей я искала новую книгу. И я ее, кстати, нашла благодаря статье «Лучшие мировые шедевры литературы». Давно хотела прочесть Умберто ЭКО «Имя Розы». И вот, спасибо Яндекс Музыка, теперь у меня в музыкальной коллекции приложения одноименная аудиокнига.

И для Саши там нашлись две отличные аудиокниги. Одну я читала ещё в школе — «Божественная комедия» Данте Алигьери, а вторую прочла, когда была уже студенткой — «Фауст» Гёте. Необычная такая подборка. Но я уверена, ему понравится!

Так же как когда-то, ему очень понравился культовый роман Булгакова «Мастер и Маргарита». Мы читали эту книгу друг другу вслух. Мы много книг с ним прочитали вот так вслух, сидя по вечерам в кровати. Я находила свои любимые книги, и мы читали их вместе. Читали и классику — Пушкина «Евгений Онегин» и «Руслан и Людмила» и Лермонтова «Герой нашего времени». Одну из моих любимых антиутопий — Оруэлла «Скотный двор». О невероятном мужестве и силе духа — Ли Харпер «Убить пересмешника», Эйн Рэнд «Атлант расправил плечи» и «Источник». Сильный и мужественный «Зубр» Данила Гранина. Такой странный и мистический «Волхв» Джона Фаулза. Полный сарказма и психологического анализа «Театр» Сомерсета Моэма. Невероятные приключения американского смельчака в «Шантарам» Грегори Робертса. И вот совсем недавно «Американскую трагедию» Теодора Драйзера.

Мне нравилось читать вслух или слушать аудио-версию книги, когда мы ездили в отпуск к моим родителям в Анапу. Двое суток дороги мы были увлечены интересным сюжетом.

Но раньше Саша не читал книг. Стал ли он любить чтение сейчас?

Я не уверена в этом. Раньше меня это очень беспокоило. И это было серьезной причиной для расстройств для меня несколько лет подряд. Я просто не понимала, что он другой человек. Мы с ним разные. И это нужно просто принять.

И к тому же... я никогда не видела такого, что человек не любил читать, в потом вдруг распробовал это прекрасное занятие и стал настоящим книголюбом. Может быть, любовь к чтению невозможно привить? Она либо уже заложена в человеке с рождения, либо нет.

Я стала вспоминать, почему я полюбила чтение? С чего все началось? Какие книги я предпочитала? Повлиял ли кто-то на мой книжный интерес и выбор литературы?

Мама рассказывала, что я рано научилась читать.

Во времена моего детства мы жили в общежитии и у нас был черно-белый ламповый телевизор. Переключение каналов происходило с помощью стандартного пульта управления. Не совсем дистанционного, но очень эффективного — пассатижи.

Раз в сутки я смотрела мультфильм. Это была передача «Спокойной ночи, малыши». 10-минутный мультик на черно-белом экране. На этом детские развлечения кончались. Возможно, моя любовь к чтению была обусловлена отсутствием других альтернативных вариантов развлечений?

Но так много знакомых и друзей и моих ровесников, а то и старше, кто находился точно в таких же условиях, и необходимость как-то коротать скучные будни не заставила их полюбить книги.

Значит не в этом дело?

Что мне нравилось в чтении?

Сначала сказки. Их было много! У моей бабушки была целая коллекция сказок из всех уголков мира. Несколько толстых книг с народными русскими, скандинавскими сказками и сказками народов мира. Иногда приезжала моя тетя Лиля, которая тогда была молодой девушкой. Она училась в университете в Петербурге и приезжала домой в Кириши на выходные. Лилия читала мне эти прекрасные книги. Я очень любила слушать эти сказки!

У нас дома в маленькой комнатке общежития было много разных книг. Откуда Мама их доставала? Книжки-раскраски, например, я очень хорошо помню «Золотой ключик», который я изрисовала вдоль и поперёк и «Чиполлино», и более взрослые сказки — «Три апельсина» и «Маленький Мук».

Я помню толстую книгу со сказками Братьев Гримм и необычную книгу с кельтскими сказками о драконах. Почти на каждом развороте я могла увидеть черно-белые гравюры с драконами и сказочными рыцарями. Я помню, как рассматривала каждую из них и удивлялась — эти сложные картины, каждая из которых состоит из маленьких точек... такой труд, столько терпения понадобилось художнику чтобы создать такое сложное, детальное изображение...

Потом, когда я уже была школьницей в начальных классах, у меня стала множиться коллекция детских детективов, которые привозила мне моя любимая тётя. Каждую неделю тётя Лиля привозила мне новую книгу. Я как раз успевала прочитать предыдущую, чтобы спустя 7 дней получить новую захватывающую историю.

Потом была интересная школьная программа по литературе в средней школе. Наш учитель литературы — Нина Васильевна Мельникова обожала свой предмет. Она была романтичной и чувствительной натурой. Мы хоть и посмеивались над ней за это, но уважали ее любовь к предмету. Мне нравился Островский, Бунин, Гоголь и Чехов. А чуть позже Достоевский и Толстой. Когда начался период зарубежной литературы, помню, как поразили меня «Старик и море» Хемингуэя и «Мартин Иден» Джека Лондона. Воля, терпение, в погоне за своей мечтой. Все это возможно. Нужно верить в себя и идти до конца! А ещё «Божественная комедия» Данте Алигьери. Загораживающая мистическая сказка с таким глубоким смыслом.

Моя любимая учительница, наша классная руководительница, Инна Альбертовна была историк. И очень хороший историк! И она приносила мне исторические романы. Это были очень интересные книги! Благодаря Инне Альбертовне я полюбила исторический роман.

Мне нравился Зощенко, Чехов, Хармс и конечно, Ильф и Петров. Юмор был главным и очевидным выбором в пользу этих авторов. Летом я читала книги из списка внеучебной литературы. Булгаков, Гранин, Набоков. В старших классах я читала все, что могла найти в библиотеке, если мне понравился новый автор. Во-первых, меня все больше затягивало чтение. А во-вторых, библиотека была единственным местом, куда мне можно было ходить без ограничений. И когда я приходила домой с книгами и усаживалась читать, меня никто не беспокоил мелкими и большими поручениями. Во время чтения книги я была неприкасаемая:)

Я даже вела читательский дневник. Я размышляла, спорила сама с собой на его страницах. Искала противоречия. Обдумывала особенности характеров персонажей, явные и скрытые мотивы их поступков.

Может быть поэтому сочинения в школе мне давались очень легко. Обычно проблема была только в том, что мне не хватало времени и листов в тетради, чтобы успеть всего за один урок написать все то, о чем я думаю. Я почти всегда брала свободные темы, если была такая возможность.

В девятом классе я взялась за «Блокадный дневник» Адамовича и Гранина. Это был шок. Мне 14 лет, и я читаю о судьбах таких же как я детей, выживающих в нечеловеческих условиях. Вынужденных заботиться, а затем, и хоронить своих младших братьев или родителей. Смелые, сильные, бесстрашные маленькие люди, герои.

Эта тема так захватила меня, что я решила провести и своё исследование. Я наведяла блокадников, которых могла найти в нашем небольшом городке. Слушала реальные истории о том страшном времени, записывала услышанное в конспект и на диктофон. Прочитала ещё несколько книг, все что смогла найти в нашей городской и Школьной библиотеке на эту тему. И результатом этой работы стал доклад, который моя любимая учительница, историк Инна Альбертовна отправила в Университет им. Герцена. А позже я ездила вместе с ней в Петербург, чтобы провести свою первую в жизни защиту курсовой работы.

Я очень нервничала, как и всегда потом перед большим выступлением, но мне очень понравилось. Через пару минут волнение уходит, и ты чувствуешь этот внутренний трепет — это ты, здесь. На этой сцене. Ты знаешь, о чем говоришь, твой рассказ увлекает всех этих людей.

«Блокадный дневник» сделал многое для меня. Не только научил сопереживанию и уважению сильных духом людей. И не только из-за того, что я ощутила благодарное влияние авторской работы и возможность сделать что-то особенное, провести свою первую научно-исследовательскую работу.

Эта книга дала возможность понять, что мир не ограничивается только моими страхами и детскими обидами. Ссоры с мамой? Тяжело живётся в своей семье? Какая нелепость! Дети в моем возрасте умирали от голода и холода! У многих вообще не было мамы. А кому-то пришлось похоронить свою маму... Вот где нечеловеческие страдания. И они выжили, остались людьми. Хотя до сих пор видят кошмары во сне о том, что снова голод и осталось всего полкусочка зелёного хлеба из травы и крахмала, чтобы прожить ещё пару дней.

Если говорить о книгах, которые можно назвать жизнеутверждающими, то еще я очень хорошо запомнила один небольшой роман. Назывался он «Белое на чёрном» Рубена Давида Гонсалеса Гальего. Автобиографический роман о нелёгкой судьбе мальчика из детского дома. Брошенный ребёнок, которому пришлось через многое пройти. Боль, унижение, одиночество. Все это сделало его сильным и... любящим! Невероятное волшебство — великодушие и мудрость, которые рождаются из страданий сильной души.

Уже в более взрослом возрасте я прочла роман «Похороните меня за плинтусом» Павла Санаева. И это было совершенно другое представление о тяжелых отношениях практически брошенного матерью ребёнка, и его жестокой бабушки. Любовь, граничащая с тиранией... И кто скажет, что это не любовь?..

Да. Вот почему я так много читала. Я искала ответы. Я понимала, что жизнь не ограничивается просто питанием, испражнением, размножением и смертью. Есть что-то большее. И я чувствовала, что мне не понятны и не близки многие социальные нормы и законы. Я знала, что я жестока. Я хитра и могу быть довольно злобной и принципиальной. Как жить такому человеку в рафинированном, счастливом обществе?

Я смотрела на счастливых и не могла их понять. Просто потому, что сама никогда не испытывала этих эмоций: спокойной радости от знания того, что тебя любят просто так, по-настоящему. Не за достижения, не за знания, не за успех. Просто так? Ну нет, это вряд ли. Я знала, что такого человека как я вряд ли возможно полюбить. И я искала ответы у Лермонтова в его «Герое нашего времени», у Бунина в его «Тёмных аллеях», у Набокова в его «Камере Обскура».

Любимыми писателями на этот период для меня стали Булгаков и Набоков.

Многие связывают имя Набокова с его скандальным романом «Лолита». Я прочитала все, что смогла найти в нашей городской библиотеке. Но «Лолиту» я осознанно обходила стороной. И не зря.

Я случайно познакомилась с Набоковым благодаря роману «Машенька». Такое трогательное, жизнеутверждающее произведение! Затем был «Дар», и невероятная «Защита Лузина». До сих пор помню то отчаяние, ту безысходность и надежду главного героя — аутичного шахматного гения... Набоков так реалистично описывает противоречивый внутренний мир этого человека, так не похожего на всех вокруг. Гений, обреченный на одиночество. В романе так ярко и оттого так печально описана та самая грань между гениальностью и сумасшествием. Попытка вырваться из этого круга прописанных наперед жизненных ходов-вариантов, обмануть судьбу. И горький, трагический конец.

Затем был тяжелый и даже местами жуткий роман «Камера Обскура». Омерзение. Вот чувство, которое преследует тебя неотрывно на каждой странице этого романа. Это был шок. Да, именно так. Я была ошарашена. Мне было лет 13-14 и я не представляла, что такое возможно. Слепая страсть и похоть. Жестокость и предательство. Магда — молодая хищница, бездарная актриса, пережившая за свою ещё недорогую жизнь не мало жестокости и безразличия. Если к тебе всю жизнь относились как к красивому куску мяса, что тебе остаётся? Бежать или кусаться. И

она выбирает выживание. Можно, конечно, работать, учиться, трудиться... но этот способ подходит не всем. Природа одарила ее красотой. И девушка выбирает путь наименьшего сопротивления.

В «Камере» показаны все самые ужасные человеческие пороки, а Магда и ее дружок выглядят как звери, которые поедают своих же сородичей, причём на глазах у остальных. Сломанная жизнь уже немолодого человека, который когда-то имел все — семью, работу и в один миг потерял все. Духовная слепота делает его слепым физически. И это самый жуткий момент романа. И кто виноват?

Но не смотря на весь этот ужас, роман удивителен тем, что в нем нет чёрного и белого. Нет клише, нет однозначного варианта — тот плох, а этот хорош. Каждый персонаж настоящий. Да, это не героический эпос о смелых и сильных духом. Это драма о людях, у которых уже не осталось ничего святого, потому что дух сломлен пороками или жестокостью.

Это поздний роман Набокова и следом он написал «Лолиту».

Только после «Камеры обскура» я решила прочесть ее. И была разочарована. «Лолита» имела в основе схожую идею, но сюжет был смазан. А вся идея романа настолько пресна и оттого не интересна. Никакой борьбы... никакого дуализма. Без шанса на выздоровление. Просто старый педофил гоняется за маленькой девочкой. Если бы я прочитала «Лолиту» первой (не уверена, что я бы ее вообще осилила), то я бы так и записала Набокова в больного озабоченного старика и больше бы не делала попыток читать его другие романы. Честно говоря, было ощущение, что «Лолиту» написал совершенно другой человек...

Кроме шокирующего Набокова хорошо помню трагическую безысходность в романах Бунина. Наверное, именно благодаря Бунину и Островскому я поняла, что судьба девушки так переменчива и так зависима от обстоятельств. Влюбленность, которая почти всегда заканчивается одним и тем же — потеря чести, беременность, смерть или вечный позор.

И вот так из книг формировалось мое представление о мире. Правильно ли это? Строить картину мира, основываясь на сюжетах книг? Вот такой у меня был способ. Читать, делать выводы, учиться, как мне казалось, на чужих ошибках. А может на самом деле я была слишком труслива, чтобы верить во что-то хорошее? И не просто верить! Пробовать. Рисковать. Осмелиться. Нет, на это мне никогда не хватало смелости.

Да, верить в то, что и не видел никогда сам, трудно. Я не видела счастливых людей. Видела уставших, замотанных, связанных долгом или взаимной зависимостью. Видела неуважение к себе и друг другу. Видела обиды и злость, обман и трусость.

Видела ли я любовь? Не помню... не от мамы. И не от родителей друг к другу.

От своей бабушки. Да, от неё я чувствовала любовь и поддержку. Мудрость и доброту.

Как можно научиться любви по книжкам? Никак.

24 августа 2022

День 121. Классическая антиутопия

Итак, я читала, писала. Я искала.

Когда я уже была студенткой и училась в Питере и жила на Васильевском острове, я познакомилась с владельцем небольшого книжного магазина. Я заходила к нему в магазин по пути из Универа домой, и он предлагал мне новую книгу. И всегда угадывал с выбором. Наверное, чтобы быть хорошим продавцом книг, нужно быть и очень хорошим психологом. Благодаря ему я познакомилась с Гессе, Камю, Фаулзом, Кизи, Вишневским, Ремарком, Ричардом Бахом, Стендалем, Селинджером, Зюскиндом, Кундерой, Бенксом.

В Политехе, втором ВУЗе, в котором мне выпала возможность учиться, у нас был один год курс философии. И благодаря прекрасному преподавателю я прочла Гегеля и Кьеркегора. Мир философии меня увлёл ещё в студенческие годы и чуть позже я познакомилась с философом современным, Кеном Уилбером. Я даже читала Фрейда. Думала, может там я найду ответы?

Но, наверное, самое яркое впечатление в философском смысле не меня произвели книги Виктора Франкла.

Закончив институт, тяга к книгам не ослабла. И так как среди моих друзей и знакомых, к сожалению, некому было посоветовать что-то новое, то я искала рекомендации книг от своих любимых писателей или в подборках книг типа «Топ книг 20 века» или «Лучшие мировые шедевры литературы».

Благодаря этим подборкам я прочла и современные романы. Пелевин, Мураками, Бегбедер, Дэн Браун, Зусак, Макьюэн, Маккормак, Евгинидиз, Даниэл Киз, Маргарет Этвуд, Фрэнни Флэгг, Элизабет Гилберт, Лайза Дженова.

Мне нравились романы Улицкой и Алексиевич.

И ещё романы Василия Аксёнова о шестидесятниках прошлого столетия. Благодарная ностальгия по советскому идеализму. Десятки гениальных писателей и музыкантов, которые описаны на страницах этих книг как простые люди, со своими внутренними сложностями и житейскими, бытовыми проблемами. Влади-

мир Высоцкий, Роберт Рождественский, Белла Ахмадулина, Евгений Евтушенко, Вознесенский. Этим людей я видела только на экране в старых записях советского фильмофонда или читала их стихи. Небожители. Атланты нашего советского времени. И всегда об одном — выбор. Внутренняя борьба, творческая страсть и человеческие отношения. Сложное время, обусловленное необходимостью принимать одну из сторон — гениальность и свобода творчества против внутреннего кодекса чести и желания оставаться прежде всего порядочным человеком. Предательство и трусость ради тёплого и удобного места у партийной кормушки? Или изгнание и вечная слава, и уважение потомков?

Тут я сразу вспоминаю одно из моих любимых произведений Фазиля Искандера «Кролики и удавы». Сатирическое произведение, повесть-притча, социально-философская фантазия на тему устройства «идеального сообщества». Сказочное изложение советского устоя с его жадностью и ограничениями, глупой и трусливой подозрительностью высшей власти к своим гражданским единицам. Талант, который на глазах читателей превращается в свою уродливую пародию из-за внутренней слабости, трусости и малодушия. Резкие и меткие аналогии автора навсегда зародили во мне недоверие к любой политике. А позже это чувство укрепились в «Скотном дворе» и «1984» Оруэлла, в «Дивном Новом мире» Олдоса Хаксли. А у Михаила Зыгяра, нашего соотечественника это недоверие было оправдано его документальными историческими романами-исследованиями — «Империя должна умереть» и «Вся Кремлевская рать»

И все же антиутопии стали моим любимым жанром.

Борьба с системой. Человек вне строя. Вне правил. Выживание среди себе НЕ подобных.

Может любовь к антиутопиям — это отказ признавать себя в нормальной, обычной, реальной жизни? Или отказ признавать возможность быть Счастливой?

Либо я испорчена, повреждена и не способна по определению испытывать любовь и счастье. Либо сломан и испорчен мир вокруг.

В любом случае ты проиграешь. В любом случае изгнание, неудача, смерть.

Так зачем пытаться?..

Так я и жила. Не планируя даже пытаться.

Я знала, вернее чувствовала, чем может закончиться эта «история», и поэтому не стремилась завести семью, создать прочные отношения, полюбить, стать в конце концов «счастливой женой и матерью». Но на то это и интересная и трагическая история, чтобы сюжет сделал свой неожиданный поворот.

И со мной случилось то, что случилось.

Я не могла этому противостоять. Не могла это изменить. Это просто происходило со мной, как гигантская волна в сильный шторм. Ее тень уже накрывала меня, я уже видела ее гребень. И знала, что никуда не смогу спрятаться. Со мной случилось невозможное... Меня полюбил всем сердцем прекрасный человек, что совершенно не поддавалось логике. У меня родилась прекрасная здоровая, добрая и веселая девочка, что было невозможно биологически и физически. У меня была прекрасная семья. Меня любили эти два замечательных человека. И что сделала я? Я все разрушила. Я убила ту, кого любила больше всех на свете. И сделала несчастными столько людей, включая самого любящего и самого доброго из них.

Читая очередную интересную книгу, я почему-то всегда сравнивала себя с отрицательным персонажем романа. Мне была интересна история становления личности такого «злодея». Почему он стал таким? Могут ли сложные жизненные обстоятельства оправдать его? Ведь в хорошем романе не бывают на 100% хороших и плохих. Даже у самого сложного и негативно окрашенного характера есть и что-то хорошее. Дуальность. Чёрное и белое в одном составе. И есть ли шанс у него на перемены? Ведь если есть такой шанс, то и у меня он может быть?...

Своими самыми любимыми книгами я могу назвать «Трудно быть богом», «Пикник на обочине» и «Понедельник начинается в субботу» Стругацких, «451 по Фаренгейту» и «Вино из одуванчиков» Бредбери, «Убить пересмешника» Ли Харпер, «Цветы для Элджернона» Дэниэла Киза, «Атлант расправил плечи» и «Источник» Эйн Ренд.

«Цветы для Элджернона» я успела прочитать Соне. И кажется ей очень понравилась эта книга. Мы много обсуждали ее, она всегда слушала с интересом и задавала всегда много вопросов, переживала и сочувствовала главному герою, Чарли Гордону. Я заканчивала ей читать «Понедельник начинается в субботу» Стругацких. Не успела...

На очереди был «Пересмешник» Ли Харпер или «Мастер и Маргарита» Булгакова, тут я не могла выбрать, что я люблю больше, какую из этих книг я хочу первой открыть для Сони. «Ну ничего,» — думала я... «впереди много времени, успею все.» Не успела...

Я все надеялась, что у меня получится вызвать у Сони любовь к чтению с помощью таких замечательных книг. Если бы мне в детстве читали такие книги! Смогла бы я привить любовь к чтению в условиях современного мира с его гаджетами, интернетом, соцсетями, блоггерами, депрессивными аниме и порно на каждом шагу? Я не знаю... я верила в это... и я рада, что читала Соне. И надеюсь,

ей нравилось проводить со мной время за книгой. Обсуждать, смеяться или сопереживать вместе.

Мне только жаль, что я не делала это чаще. Иногда вместо чтения я сидела в другой комнате и смотрела в экран, наблюдая за сюжетом дурацкой видеоигры. Я даже не играла. Я смотрела. Какая бездарная трата времени и жизни... А ведь я сама когда-то предложила купить эту PlayStation... Тогда я руководствовалась другой идеей: «Не нужно замыкаться только на своих интересах. Всего должно быть в меру. И всего должно быть в достатке. И игр и чтения.» Я не хотела казаться Соне заучкой или занудой.

Какие уж тут книги, когда с одной стороны видеоигры на большом экране, да и с другой тоже — на экране планшета или смартфона. А в перерывах жестокие и суицидальные аниме, блогеры-имбецилы, жуткие чаты и фанфики о насилии, боли и унижениях, группы смертников и порно...

Психика взрослого не способна выдержать такое... что же говорить о детях. Тем более, если это скромная, невинная, добрая, и даже слишком доверчивая девочка.

Всю жизнь мне было не все равно, всю жизнь я искала ответы и что же в итоге?.. Что я нашла для себя в этих бесполезных видеоиграх, или чтении бесконечных лент новостей? Полное забвение своего сознания. Апатию. Депрессию. Безразличие. День сурка.

Мы убиваем себя и своих детей... Духовно и эмоционально... И даже не понимаем весь ужас происходящего...

И я сама сделала это с Соней. Я бросила ее. Не защитила. Не помогла. Вместо этого я давила, злилась. Критиковала. Снова давила. Читала нотации. Хотела переделать ее. Якобы я хотела сделать ее сильнее таким странным способом. А она, бедняжка, никогда не жаловалась, не злилась, не плакала, не обижалась. И так, наверное, я постепенно убила ее последние силы на выживание.

Я убила ее дух. А смерть физическая была уже неминуема... та самая «смерть в квадрате», о которой говорил Кэлхун в своём «Мышином рае».

Я вижу себя в этой жуткой истории — тем самым отрицательным персонажем. Злобный, закомплексованный человек, который не умеет любить. Жестокий и эгоистичный. Теперь, оглядываясь на свои долгие многолетние поиски ответов, я пытаюсь понять — был ли у меня шанс?

Я знаю свою историю. И знаю, чем она закончилась. И оттого она ещё страшнее. Потому что она реальна. Это и есть конец моей жизненной антиутопии — теперь

я буду плакать каждый день каждого месяца каждого года. Я буду знать, что виновата во всем сама.

Да... это очень похоже на классическую антиутопию. Потому что такая история никогда не заканчивается хэппи-эндом. И все попытки обрести счастье и свободу у несчастного и несвободного человека всегда заканчиваются его безумием или смертью.

25 августа 2022

День 122. Запрет на злость и пустые надежды

Сегодня, спустя почти 6 месяцев со дня смерти Сони мы с Сашей поссорились. Так серьезно, с выяснением отношений в первый раз. Даже не знаю, как это произошло. Я и сама не ожидала, что все это было внутри меня. Ждало, видимо, своего часа.

Ничто не предвещало ссору. В горах убийственная жара, мы поехали в город в самый солнцепёк, оба с ужасной головной болью. Первый пункт назначения — аптека. С такой головной болью невозможно не только гулять, но и просто думать.

Мы зашли в ресторан одного из отелей на набережной, присмотреть будущее место для обеда, охладиться и выпить по чашке капучино.

В холле отеля было свежо и уютно. Мы удобно расположились за одним из столиков и болтали как будто ни о чем. Саша всего лишь поделился тем, что хандрит оттого, что ему не хватает обычной рутины — тренажерного зала, его постоянных поездок. А вот работать стало тяжело. Ничего не хочется.

— А я говорила, что ты захандришь без всего этого — я улыбалась, когда сказала это.

— И что это значит? И чему ты радуешься?

— Да ничего, наверное, не значит. И я не радуюсь. Просто это то, что отвлекает тебя на время. Но не лечит. Эти поездки «по делам» — это просто чтобы не думать и не чувствовать. Но как только ты остановишься на минуту, все снова вернётся.

— А что разве может что-то вылечить? И ты почему-то говоришь мне все это и тебя как будто это веселит!?

— Это не веселье. Это сарказм. Совсем вылечить такое не получится. Но если ты найдёшь что-то действительно важное для себя, что-то полезное, то это может помочь.

- Я и так делаю то, что важно для меня.
- Что например?
- Я работаю. У меня не просто «поездки по делам». Я езжу по работе.
- Ну, по работе ты едешь максимум раз в 2 недели — забрать шкафы у Рустама. И на транспортную ты едешь примерно с такой же частотой. А остальное время?
- Остальное время — другие дела...
- Какие?
- Что ты хочешь от меня? Да, я занимаю себя, чем могу, чтобы меньше думать. И это мне помогает. Ты же тоже чем-то занята была все это время?
- Это другое.
- Почему это — другое?
- Я не думаю, что ты будешь сравнивать все то, что делала я за последние месяцы со своими регулярными поездками в автосервис для того, чтобы прикрутить очередное хитрое улучшение на свою машину.
- Ну почему бы не сравнить? Тебя то увлекает, меня это. Каждому своё. Я вкладываю время и деньги в свою машину потому, что она — мой главный рабочий инструмент. Без машины я не смогу нормально работать.
- Но ты ведь не просто чинишь дефекты и поломки. Ты что-то добавляешь, причём то, без чего твоя машина совершенно легко может обойтись. И в процессе установки нового допа, мастера обязательно либо установят это оборудование не так, либо повредят что-то предыдущее. И вот так 80% времени у тебя уходит не на работу, а на поездки в автосервис. Сначала прикрутить что-то новое, потом исправить это новое, потом исправить то, что «задели», пока исправляли или устанавливали. И так по кругу.
- Почему ты вдруг стала осуждать меня за это? Каждому своё. Да, мне это нравится. Ну и что?
- Да ничего. Не сам факт того, что ты этим занят большую часть своей жизни меня раздражает. А то, что ты в этом даже себе не можешь признаться.
- Что это тебя-то вдруг так стало раздражать?
- Может ещё и потому, что ты так любишь читать нотации моим родителям и мне жаловаться на них. Утверждаешь, что они так бездарно проживают остаток своей жизни. Почему же тогда ты не принимаешь и их выбор с пониманием? Ты прав, каждому своё. Тебе — подшаманивать свою машинку, моим родителям — смотреть телевизор. Так в чем разница?
- Разница в том, что я делаю что-то, а они нет. Мне это помогает, а им нет.
- Да, ты делаешь. Для себя. А они для себя. Никакой нет в этом разницы. И моя мама приведёт десятки доводов, почему для неё так важно и полезно смотреть эти политические передачи. Так же как ты сейчас мне расскажешь о своих доводах.
- Так что ты хочешь, чтобы я делал?!

— Я не знаю... я и сама теперь буду искать что делать. Чтобы не зря. Чтобы была польза. И не только мне. Ты осуждаешь моих родителей за то, что их жизнь не поменялась после смерти Сони. Они не поменялись. А ты сам? У тебя ведь все тоже самое!

— Что ты хочешь мне всем этим сказать?!

— Не знаю... может, если бы мы не занимались всякой ерундой, а больше посвящали время своему ребёнку, то она была бы жива...

Я сидела напротив Саши. Мы оба молчали. Я не знала, что сказать. Да и любые слова уже были лишними. Я сидела ошарашенная сама тем, что только что сказала. Все это время я запрещала себе не только говорить, но и думать о Саше плохо. Он большой и добрый ангел, что же тут еще?.. И вот теперь я вдруг поняла, что ангел вдруг стал простым человеком, который сейчас расстроен и растерян.

И снова я делаю это. Близкий человек в трудную минуту нуждается в поддержке. И что делаю я? Я делаю ему еще больнее. Я встала и вышла из ресторана. Я не знала, что буду делать. Ехать обратно в отель? Я не хочу. Гулять по улицам? Жара 40 градусов.

«Почему я так сорвалась на него?» Ведь на самом деле, сознательно я не думала обо всем этом. И я не думала так, когда говорила ему это все там, в ресторане. Ни разу за долгое время. Да, в самом начале, несколько месяцев назад я помню период острого гнева. Я тогда злилась на Сашину маму и на их семейную черту — не способность признать проблему, и не желание что-то исправить. «Если ничего не делать, то проблема подумает, что ты мёртвый и просто пройдёт мимо». Вот что меня бесило. Но этот этап прошёл. И с тех пор, как я побывала в Керчи и увидела растерянную и слабую маму Саши я перестала злиться на неё. Я просто поняла, что все люди разные. Она очень слабая. Рассчитывать в трудное время на неё бесполезно. Может это трусость, может просто недостаток силы духа. Но она не плохой человек. И зла никому не желала.

И вот теперь я чувствую, что хоть и обидела Сашу, но я только сейчас сама для себя случайно открыла правду, которую так долго скрывала от себя самой.

Он живет той же жизнью, он не изменится. Ничего не изменится.

Однажды я посмотрела фильм Звягинцева «Нелюбовь».

Это фильм ужасов. Просто потому, что сюжет — правда. Ребёнок, который был никому не нужен. Два самых жутких момента фильма особенно запомнились мне. Первый — когда мальчик слышит, как ругаются и главное, о чем ругаются его родители в разводе. Матери нужно в отпуск с любовником, а отцу в отпуск с новой семьей. И они спорят кто из них должен забрать сына. Ни один из «любя-

щих» родителей не желает взять с собой мальчика-подростка, двенадцати лет. И в момент ссоры показывают этого парня. Он тихо плачет. Нет, даже не так. Он беззвучно кричит. Он закрывает глаза руками и медленно сползает по стенке на пол. Он закрывает себе рот, чтобы родители не услышали его плача. Он плачет от боли и осознания того, что он никому не нужен. Он лишний. Он мешает.

И он решает освободить своих таких уставших и таких занятых родителей от хлопот. Это так страшно, я думаю, что моя Соня испытывала те же страшные чувства в ту последнюю ночь. Это самое дикое отчаяние, которое только можно себе представить. Потому что если пережить такое, то шансы на выживание очень малы.

И парень решает уйти. Раз он обуза, раз он никому не нужен.

Весь фильм волонтеры отряда Лиза-Алерт пытаются искать ребёнка. И в процессе поисков складывается впечатление, что это только им и нужно, да ещё молодому, небезразличному следователю.

Второй страшный момент фильма уже в конце. Тело ребёнка уже было найдено где-то в лесной канаве. И спустя месяц или два показывают его родителей. Папаша все так же сидит с бутылочкой пива и смотрит футбол. Рядом его второй ребёнок, рождённый уже в новой семье. Он почти безразлично поглядывает на этого малыша. И через мгновение показывают мать — она безучастно сидит со своим престарелым любовником и тупо пялится вместе с ним в телек. Ничего не изменилось. Вот это безразличие. Вот это спокойное течение жизни. Это жутко...

Наверное, этого я и боюсь больше всего.

Я все ещё иду. Куда я иду? Прямо. Мне нужно купить воды. Да, пойду куплю воды. Очень жарко. На улице 36 градусов. Снова болит голова.

И тут я вспомнила. Это было вчера.

Вчера вечером мы сидели рядом и смотрели сериал «Доктор Хаус». Я обняла Сашу и чуть громко вздохнула от тянущей боли в груди.

— Что такое? — обеспокоено спросил Саша

— Да ничего страшного. Просто чуть грудь побаливает. Наверное, из-за ПМС. Отекает немного. Это нормально.

— Надеюсь ты не залетела?

Я слышу эту фразу... смотрю на него и, наверное, у меня на лице недоумение.

— Эээ... то есть... я хотел сказать, если ты и залетишь... то есть... забеременеешь, я... ну я любому исходу буду рад...

Я постаралась не думать об этом, выбросить это из головы. Ну сказал и сказал. Он часто говорит что-то такое, а потом или не помнит или потом оказывается, что совсем не это имел в виду...

Так я и подумала вчера. Вернее, решила так думать. Затерла, замазала этот момент. Но я слишком хорошо знаю о таких вот «оговорках». Это чистая, ничем не прикрытая правда. Вот так спонтанно, без фильтра. И мне понадобилось 12 часов,

чтобы эта новая информация поднялась навверх из моего подсознания на уровень сознания, и стала настоящей причиной моего сначала сарказма, а затем и этой неконтролируемой злости.

И вот только сейчас я поняла это.

Ничего не меняется в жизни. Все будет как раньше. Как те двое, каждый перед своим телеком? Он «надеется», что я не залетела...

Да, я тоже на это надеюсь. Потому что проходить все это заново я не выдержу. Безразличие к происходящему, не желание осознавать проблему, заикленность на том, как ты выглядишь и как выглядит твоя машина с одной стороны. И бессмысленные, нелепые попытки сделать хоть что-то, изменить, исправить, придумывая новые варианты, снова провал и злость с другой. В таком случае и правда, лучше не размножаться...

И я поняла, почему и куда я иду. Я дошла до аптеки. И купила не только воду. Но и тест на беременность. Чтобы знать точно.

Через 15 минут я знала. Все в порядке, Сашины надежды оправдались. Я не залетела. Теперь даже слово это мне кажется мерзким. «Надеюсь ты не залетела»... эта фраза так крепко засела у меня в подсознании. Как заноза в пальце.

И вот только сегодня, в этой спонтанной ссоре, когда я дала волю эмоциям, я смогла осознать эту горечь от потери мечты. Нет, «мечта» — это даже слишком громко. Слабая надежда очень глубоко внутри, в которой я не признавалась даже себе.

Оказывается, где-то втайне, очень глубоко я и правда надеялась. На то, что у нас есть ещё шанс быть нормальной, хорошей, любящей семьей. Мама и папа, которые хотят малыша и им не все равно. А когда узнают о беременности искренне рады и благодарны за этот подарок. А когда малыш рождается, оба делают все для того, чтобы он вырос добрым, счастливым и хорошим человеком.

Оказывается, эта маленькая, но такая красивая надежда рассыпалась ещё вчера. Но только сегодня я это осознала. И то в процессе ссоры. Ведь я запрещала себе думать плохо или критиковать Сашу. Он в горе, поэтому это было бы неправильно. Да, он в горе. И я в горе. Все в горе. Но мы живые. И живы мы только потому, что нами движут мечты, желания и надежды. Если они вообще есть. Какие мечты и желания у Саши? Я не знаю...

Недавно я заметила, что Сашины желания полностью зависят от моих. Я хотела жить в доме, Саша начал думать о постройке дома. Потом я захотела жить на Васильевском острове, он загорелся и этой идеей. Я даже сказала ему:

— Ты не замечаешь, что твои желания появляются и меняются в зависимости от того, чего хочу я?

И на это он мне ответил:

— Да. Ну и что. Я хочу, чтобы ты была счастлива и поэтому твои желания становятся и моими.

Это конечно очень трогательно. Когда речь идёт о вещах, которые можно просто купить. Но если речь о семье, о ребёнке, то я не понимаю как это возможно. На эту тему он мне сказал вчера, когда заметил мое удивление:

— Я не могу сказать, что я хочу или не хочу ребёнка. Как будет, так и будет.

А может быть желание иметь ребёнка заложено только в женщине природой? Я не знаю. Ведь этого желания у меня и не было никогда. Ну со мной все ясно, я росла в семье, где люди с большим трудом проявляли свою любовь и если и проявляли, то часто довольно странным образом. Но у Саши была хорошая, любящая семья. Так почему же он не испытывает осознанного желания стать отцом? Заботиться о своём ребёнке, искренне интересоваться им, стараться развивать в нем все лучшее, поддерживать в трудные моменты, любить и чувствовать в ответ любовь. Почему не возникает этого естественного желания передать всю ту любовь, что он получил сам?

Я и сейчас понимаю, что мои надежды все ещё были связаны с мечтой встретить Соню, вернее, ее душу здесь на Земле. Если только она решит попробовать ещё раз. А раз беременности нет, значит ни Соня, ни какая другая душа не хочет выбрать меня мамой. И значит мне не суждено пережить радость материнства ещё раз.

Расстраивает ли меня это?.. Да.

Помешает ли это нам оставаться вместе? Не знаю... До сегодняшнего дня я надеялась на то, что наша любовь нас поддержит и даже спасёт. Что ее будет достаточно, чтобы совершить чудо — стать настоящей, любящей семьей.

Значит будем как-то жить. Будет болеть. И это нормально. Живут же некоторые люди с ДЦП, аутизмом, инвалидностью, терминальной стадией рака. Живут, болеют, страдают и живут. И каждый день им больно и это их жизнь и выбора у них нет.

Вернее, выбор есть. Кем оставаться, испытывая эту боль.

Вот и вся твоя свобода.

Сегодня особенно грустно.

Плачу на каждом шагу. С Сашей мы помирились. Но грустно все равно.

Может, потому что я сегодня попрощалась со своей тайной маленькой надеждой на нормальную, человеческую жизнь.

Видела сегодня трёх девочек, так похожих на Соню. И каждый раз плакала и долго не могла остановить слёзы.

Или потому, что завтра мы уезжаем и наш отпуск в горах подошёл к концу.
Или потому, что завтра ровно месяц с того дня, как мы отпустили Соню и она стала морем.
А может и все вместе.

26 августа 2022

День 123. Пора домой и немножко магии

Сегодня мы едем домой, до Краснодара на Ласточке, а там нас встретят родители. Хотели ехать морем от Сочи, но почему-то за неделю до покупки билета на морской паром, оказалось, что все водные маршруты закрыты. Возможно, это связано с военной операцией на Украине. 11 аэропортов закрыты, и вот, теперь закрыли и морские пути по Чёрному морю. Так что, пришлось импровизировать. И обратно мы едем частично тем же маршрутом, каким я добиралась до Розы Хутор.

Мы взяли последние 2 билета на Ласточку. За 10 дней до отправления почти все места были раскуплены. Возможно оттого, что сейчас все отдыхающие едут обратно из Сочи домой. А может и потому, что альтернативный морской маршрут был не доступен.

Два места в разных концах вагона. Первую треть пути мы ехали с Сашей рядом. Людей ещё было не много. Но после Адлера вагон был почти полон. И единственное свободное место слева от меня все ещё пустовало. И вот в Дагомысе в вагон зашёл недостающий пассажир. И мы поняли, что Саше пора идти на своё законное место в другом конце вагона.

— Как только новый пассажир сядет, спроси у него, не против ли он пересесть, хорошо? Лучше сразу спросить, пока пассажир не расположился.

— Да, конечно, я сразу спрошу.

И на опустевшее место рядом со мной села... девочка. 11-12 лет. Русые волосы, очки, худенькая. В больших наушниках Sony, в чёрной бейсболке. Но не смотря на все это видно было, что девочка очень милая и такая... самостоятельная. Как мы и договорились с Сашей, я сразу спросила у неё, не против ли она поменяться местами. Она была не против, и я проводила ее до Сашиного места. Так мы поменялись местами, и Саша сел со мной рядом.

Спустя примерно час девочка подошла к Саше и попросила снова поменяться местами через некоторое время. «Да, конечно» — ответил Саша. И когда девочка снова вернулась, Саша вернулся на свое место. А девочка села слева от меня.

Я вдруг поняла, что украдкой наблюдаю за ней. Такая милая девочка... и вдруг эта девочка достала толстую книжку. Открыла ее и принялась читать. Это было удивительно... она слушала любимые треки в знакомом приложении Яндекс.Музыка и читала. Одну за другой, страницу за страницей. Читала она быстро и ей явно нравилось это занятие.

Я поймала себя на том, что неосознанно сравниваю эту незнакомую девочку с Соней... Форма ногтей... другая. Довольно длинные ноготки вытянутой формы. Так необычно выглядит когда-то сделанный маникюр, но лак уже наполовину слез. Волосы... Цвет и длина... похожи, но чуть выются и у Сони волосы были с небольшим красноватым отливом, который я так любила и намного длиннее. У этой девочки волосы такой длины, какая была у Сони год назад. Очки... форма очень похожа, но цвет оправы другой... она читала и иногда доставала помаду. Детская клубничная гигиеническая помада. А за ней более взрослый блеск для губ розового оттенка.

Запах... другой.

Это чуть отрезвило меня.

«Это не Соня!» — сказала я себе. Я отвернулась. Буду слушать аудиокнигу. К сожалению, новая книга оказалась жутко скучной и в аудио-версии такое слушать было очень тяжело. Внимание рассеивалось. Или дело было не в скучном сюжете?

Через какое-то время я заметила, что девочка пытается кое-как улечься, чтобы немного подремать. Но так как она наклонилась к противоположному краю кресла, то ее постоянно задевали мимо проходящие пассажиры, которые ходили по проходу туда-сюда. Через какое-то время она, видимо, смирилась с тем, что поспать не удастся... Я смотрела на ее небольшую фигурку, на загорелые руки, на попытку свернуться калачиком.

И тогда я сказала ей: «Ты можешь облокотиться на меня». Она удивленно взглянула на меня и растерявшись, стала отказываться. Ведь я совершенно посторонний человек.

— Правда-правда. Ты прислонись, вот, подложи свой свитер и можешь так поспать.

Не знаю почему, но она согласилась...

Она подложила свитер и прилегла на моем плече. И мы ехали так какое-то время. Я одеревенела. Я боялась вздохнуть. И я поняла, что буду ехать вот так, не шевелюсь до самого Краснодара.

Я чувствовала, как она дышит. Я чувствовала, какая она тёплая. Ее голова лежала на моем плече. И я вдруг поняла, что она и правда задремала.

Я сидела и плакала. Тихо. Так, чтобы не побеспокоить девочку. То ли от того, что на мгновение обманула себя. То ли оттого, что понимала, что больше никогда не испытаю этого чувства. Люди по соседству и напротив смотрели на меня с удивлением и любопытством. Но мне было все равно. Я просто хотела, чтобы это не кончалось...

Но тут соседка справа у окна стала пробираться на выход. А так как она была очень крупной женщиной, она, конечно, задела всех, кто сидел в нашем ряду. В том числе и девочку. Она проснулась.

Магия кончилась...

Девочка поднялась.

Я спросила:

— Не удобно?...

— Нет, все хорошо. Спасибо большое...

— Не за что...

Оставался час до Краснодара. Девочка позвонила родителям, а потом стала говорить с другом. И я решила послушать...

Она говорила про «офигенный» горный воздух, о том, как ей понравилось отдыхать и как ей нравится ехать в Ласточке. Никаких дурацких смешков, никакого мата или пошлостей.

Нормальный ребёнок. Слишком нормальный для этого современного испорченного мира... Да, у неё есть смартфон, да, есть мессенджеры, она слушает популярную молодежную музыку. И на заставке телефона девочка-аниме. Но она читает книги, она может говорить нормальным языком, не стесняясь делиться с друзьями своими мыслями и чувствами...

А потом она стала переписываться, и я заметила имя адресата: «Мама»

Я видела, как она пишет: «Люблю вас»

Этой маме очень повезло. Такая самостоятельная, скромная, девочка-умница. Милая девочка. Живая...

Позже, когда мы уже были на перроне вокзала Краснодара, я видела ее родителей, они встречали дочку и все втроем выглядели очень счастливыми.

А я получила 30 минут волшебства.
Сегодня ровно месяц с того дня, как Соня стала свободной.
Моя маленькая русалочка. Спасибо...

27 августа 2022

День 124. Искатели и Хранители

Мы уже в Анапе. Приехали вчера поздно ночью. Было и радостно и тяжело вернуться. А может это оттого, что я забыла выпить свои таблетки вчера. Проплакала до 5 утра. Никак не могла остановиться...

Недавние рассуждения о любимых писателях и девочка с книгой во вчерашнем поезде, снова привели меня к рассуждениям о связи между любовью к чтению и характером, а значит и судьбой человека?

Я вспомнила свои любимые книги и то, как они меняли меня, как формировали мои ориентиры. Книги учили не «что такое хорошо, а что такое плохо». А скорее — «и вот так бывает» и «А так бывает потому, что...» Причина и следствие. Связаны.

Самые важные литературные открытия были связаны с людьми, которые эти книги читали. Их было немного, но каждому из них я обязана знакомством со своими самими любимыми книгами.

Самые главные и первые читающие люди, которых я очень любила, моя бабушка и тётя. Бабушка обожала читать и разгадывать кроссворды. Она до последних своих дней была занята поиском информации. В ее библиотеке было столько разных книг! Она знала все и обо всем! Тогда ещё не было интернета, и я любила вместе с ней искать ответы на вопросы очередного сложного кроссворда в справочниках и энциклопедиях. У бабушки была большая коллекция детективов. Агата Кристи и Конан Дойл, Гарнер, Жорж Сименон, Эдгар По. Бабушка тоже искала. До последних дней своей жизни.

Потом я стала вспоминать моих читающих друзей и знакомых. Что связывало всех их и объединяло? Каждый из них был любопытен. Его интересовало все. Точнее многое. Он пытался докопаться до сути вещей. Обычно с таким человеком всегда интересно поспорить. Точнее, это даже не спор, а дискуссия. Ведь как известно, в споре рождается истина. И когда два любопытных, интересующихся миром чело-

века, ищут вместе, у них вдвое больше шансов найти ответы. Это и забавный и интересный и сложный человек. Он любит учиться, любит узнавать и осваивать новое. Информация для него — как необходимое топливо, которое даёт ему стимул и интерес двигаться дальше. Узнавать ещё больше. Пробовать новые варианты и снова анализировать то, что было добыто умственным трудом. Это всегда движение. Аналитическое и затем физическое. Не вслепую, не наобум. А составляя в процессе движения свою карту. Карту, которая поможет достичь цели.

Итак, эти книголюбы любопытны, и они ищут. Они любят учиться. И главная радость — найти. Ответ — главная цель. И этот «зуд» не унять. Потому что поиск никогда не закончится. Ты находишь один ответ и тут же появляется два новых вопроса. И так до самого конца.

Эти люди похожи на золотоискателей. Будут рыть и копать пока не найдут. А если и найдут золото, не успокоятся и будут искать новое месторождение.

Искатели. Да, это очень похоже на правду! Читающие люди, любопытные, те, кто в вечном поиске истины, похожи на искателей.

Как-то я прочитала то ли у Майкла Ньютона, который всю жизнь занимался регрессивным гипнозом, то ли у Реймонда Моуди, специалиста по околосмертному опыту, о том, что душа приходит на Землю всего лишь для двух вещей: обучение и любовь. Выходит, что Книгочеи приходят получить знания, обучиться? А может, наоборот, они приходят с уже заложенным геном «любопытства» для того, чтобы научиться любить?

А может, развить эту теорию о дуальности жизненных целей воплощённых душ на Земле? Ведь если рождаются Искатели, которые получают энергию от поиска истины, то есть и те, кто рождён любить?

Рождённые любить. Таких людей я тоже встречала! Они как будто уже знают, как это делать! Люди, которые умеют любить и укрепляются в своей силе, заботясь и обогревая тех, кого любят. Таким человеком была Соня. Безусловная любовь — это и есть сущность таких душ. Такая же суть души у Саши...

Эти люди не стремятся узнать новые истины, но они умеют хранить и укреплять то, что было найдено. Это люди — **Хранители.**

Сохранить, принять, защитить. Это душевный труд, который ничем не проще ментального поиска. И менталистам трудно понять смысл и значимость этой силы. Просто потому, что это сила имеет другой знак и другое направление.

Поиск — горизонтальный вектор силы направлен вперёд. Сохранение — сила вертикального направления, ее вектор направлен вглубь. И вот так, продвигаясь вперёд, а затем вглубь, наверное, и происходит развитие, рост, настоящее творение.

То есть, Искатели и Хранители успешно дополняют друг друга по жизни?

Потом я стала вспоминать людей, вернее, пары, которых можно определить как союз Искателя и Хранителя. И я нашла для себя интересную закономерность. Именно такие союзы самые гармоничные!

Если я вспоминала пару, где пытались ужиться два Искателя — это почти всегда был напряженный союз. Как в басне «Лебедь, Рак и Щука». Для достижения результата требовалось, чтобы оба шли в одном направлении, увлечённые одной идеей. И все равно, напряжение, которое возникало внутри этой пары было благотворно для общего дела. Но не для отношений внутри пары. Если в паре два Хранителя, это почти всегда скука и стагнация. Нечего сохранять. Застой.

И только когда в паре есть Искатель и Хранитель, у этого союза есть шанс создать и сохранить что-то важное, ценное.

Правда есть ещё одно большое условие. У Хранителя должно быть уважение к любопытству, амбициям и желанию поиска Искателя, а у Искателя уважение и благодарность к заботе и любви Хранителя. И если не пытаться изменить человека, не пытаться перестроить его под себя, если внутри пары оба принимают базовую, духовную суть своего партнера, то все будет хорошо.

Я совершила много ошибок. Много лет я пыталась сделать из Саши-хранителя себе подобного Искателя. Эти попытки чуть не закончились нашим разводом.

Долгое время я пыталась сделать Искателя из Сони-хранителя. Мне казалось, что эта базовая суть создаётся в детстве, а не даётся Творцом изначально при рождении. Если читать Соне интересные, хорошие книги, думала я, то она станет Искателем. И я старалась, ломала ее, навязывала ей свои интересы. Наверное, ей было очень нелегко. Чувствовать себя той, кого я хочу переделать и только потом возможно полюблю.

Мне так жаль, Бусинка. Прости меня. Я не нашла в себе мудрости и великодушия понять и принять твое терпение и силу и способность любить безусловно. То, что мне самой не ведомо и потому не понятно.

Но я продолжаю свои поиски. И может быть однажды хотя бы на шаг продвинусь в самой главной и сложной для себя науке — умению любить.

28 августа 2022

День 125. Потеряла, и снова нашла

Месяц назад я потеряла друга.

В начале августа у Саши была запланирована командировка. И Саша с Димой запланировали дату поездки за месяц.

Но в итоге, в назначенный день командировки, точнее в ночь перед выездом Дима позвонил мне и попросил меня уговорить Сашу перенести командировку на следующий день. Я поняла, что у Димы важное дело, которое нужно решить именно в этот день. И я сделала все, чтобы убедить Сашу ехать позже. На следующий день вместо запланированной поездки вдвоём на машине, Саше пришлось снова внезапно все менять. Потому что Дима снова написал сообщение за пару часов до выезда, что он не может поехать. И в итоге Саша полетел один на самолете. Он справился сам, и слава Богу, все прошло хорошо.

Я была растеряна. Я ведь не знала, что же там случилось у Димы, раз он так внезапно снова все отменил. Никто не знал, ведь он не позвонил, не объяснил причину ни мне, ни Саше.

Когда Саша был в Питере, Дима все-таки приехал, и они поговорили. Саша тогда очень переживал из-за этой ссоры. Ведь это был его лучший друг. И я боялась, что он потерял его. Они поговорили по душам, ничего не скрывая, и я была рада узнать, что они все обсудили. И они снова друзья.

Саша и Дима снова друзья.

А я? Я была и рада и расстроена одновременно. Рада, потому что Саша не потерял лучшего друга и расстроена потому, что я его потеряла.

Но все это было не главное. То, что на самом деле расстраивало меня больше всего — Дима не считал то, что произошло между нами чем-то важным, чем-то не правильным. Он просто забыл?... Он поговорил с Сашей, извинился перед ним и все в порядке. У них с Сашей — да. А у нас с Димой? ... нет. Он попросил меня о помощи, я сделала так как он просил. Он обещал мне. Он знал, что одному Саше было ехать опасно. И он знал, что ехать Саше все равно придётся. Ради него я даже обманула Сашу. И после этого пропал и даже не попытался объясниться...

Спустя какое-то время, когда мы с Сашей уже были в горах, Дима позвонил мне. Сначала он интересовался как мы отдыхаем и чем заняты, я немного рассказала о нашей поездке в горы. В этот день мы действительно были весь день в горах, и я не видела и не слышала сообщений и звонков от него. А потом он спросил то, ради чего позвонил.

И вот так, после этого диалога я и потеряла друга:

— Привет! Саша сказал, что у нас с тобой вроде какие-то проблемы? — он был как всегда весел.

— А ты сам как думаешь? — я растерялась от его вопроса.

— Да я-то не знаю. Это ты мне скажи — он говорил со мной так же невозмутимо, с хитрой усмешкой.

— Я?.. а что я должна тебе сказать?.. — я все больше удивлялась.

— Ну да. Я же не могу знать о твоих мыслях. Вот ты мне и скажи — все так же весело интересовался Дима.

— То есть, ты действительно не понимаешь?..

— Нет, откуда? Я не хочу тебя напрягать, конечно, но я не люблю каких-то недосказанностей!

И тогда я поняла. Он пытался, осознанно или нет, спровоцировать меня на то, чтобы я начала высказывать ему свои претензии. А он, естественно, получит повод зацепиться за любую из них, чтобы гордо «хлопнуть дверью» и уйти в закат. Ну неест... со мной этот номер не пройдет. Я не расстроенная женушка, которая может разозлиться на очередной загул своего муженька, наговорить лишнего, наломать дров, а потом ещё и бегать со своим чувством вины наперевес и заглаживать вину перед обиженным гулякой.

— Дима, если ты действительно не понимаешь в чем дело, то я не буду тебе объяснять.

— Неее, погоди. Я так не люблю. Я и правда не понимаю!

— А я почему-то думаю, что все ты понимаешь... просто делаешь вид.

— Нет, я не понимаю!

— Ну хорошо. Если ты действительно не понимаешь, то я не думаю, что стоит объяснять. Значит все в порядке.

— Значит, у нас все в порядке?

— Да, Дима. У нас все в порядке.

Я сказала это слишком спокойно и холодно. Потом последовала пауза, видимо, Дима пытался переварить услышанное — ведь то, как я это сказала противоречило сказанному. Возможно он ждал еще каких-то пояснений или оправданий с моей стороны. Но вместо этого я задала «контрольный» вопрос все таким же невозмутимым и холодным тоном:

— У тебя все?

— Я понял. Значит не буду беспокоить. До свидания.

— До свидания.

Прошло почти 2 недели с момента этого разговора.

И вот сегодня я увидела новое сообщение от Димы:

«Привет мой добрый друг, Оля! Я очень много тебе писал, но так и не отправил! Ждал, когда вы вернётесь и лично с тобой поговорить. Я бесконечно виноват перед тобой! И ничто не оправдывает моего обещания тебе, что бы со мной не произошло, так как я тебе обещал и не сделал. Я тебя очень прошу если можешь прости меня и не держи на меня зла. Я вас безумно люблю! Прости.»

Я, не раздумывая, сразу ответила ему:

«Дима, я тоже тебя люблю! Спасибо, что ты написал мне! Как у тебя будет время и возможность, позвони мне, я соскучилась по тебе»

Он тут же позвонил мне. И мы поговорили. Как раньше. По-доброму. Он извинялся, я простила его и сказала, что очень рада, что он написал и теперь все хорошо. Он рассказал, что лежит со сломанными рёбрами после аварии, спрашивал, как мы там проводим время. Я рассказывала ему о том, как мы хорошо отдохнули в горах.

Он говорит, что скоро поправится и все будет хорошо. А ещё что очень скучает по нам и ждёт нас скорей домой, в Питер.

Так мой друг Дима вернулся:)

29 августа 2022

День 126. Монстры и добро

Я постоянно виню себя. Я много плачу. Каждый день.

Я вспоминаю добрую, веселую и красивую девочку. Невинную девочку, которая скрывала свои проблемы, чтобы не расстраивать вечно не довольную маму. Наверное, ей было очень плохо и очень тяжело. А потом я вспоминаю свои жестокие слова, свою критику. И тогда я плачу от жалости к Соне и от стыда за своё малодушие и жестокость.

Чувство вины.

Может показаться, что я хотела бы избавиться от него. Это было бы логично. Но это не так. Если бы это было так, я бы искала оправдания себе и доказательства того, что это не моя вина. Или искала бы виновных. Но я, наоборот, ищу новые доводы против себя. Я веду свое собственное расследование. И я хочу быть уверена в том, что причина во мне.

Я виню себя и хотела бы винить ещё больше. И поэтому я постоянно ищу свои ошибки. Мне начинает казаться, что все что я делала — одни сплошные ошибки. Скоро я начну считать себя монстром, социопатом, который настолько жесток и неадекватен, что ему нет места среди живых и здоровых людей.

Иногда мне кажется, что я неосознанно надеюсь свести себя с ума. Чтобы мне было не так страшно убить себя. На этот шаг я не могу решиться сейчас, для этого я слишком труслива. И ещё стыд, не желание причинить своим поступком боль близким. Но если мой разум однажды оставит меня, то появится шанс, что я смогу это сделать. Ведь человек «безумный» теряет адекватность, логические связи, и даже отключается инстинкт самосохранения. Безумная идея-фикс, поселившаяся в воспалённом сознании, захватывает все пространство его мозга.

Во мне как будто происходят два противоположных процесса. Первый — неосознанная попытка контроля. Ведь обвиняя себя абсолютно во всем, я пытаюсь взять на себя ответственность. Если я во всем виновата, то я могу и должна разрешить все. Я таким образом утверждаюсь в том, что у всего есть причина и следствие. И человек настолько виновный, насколько это вообще возможно, должен либо исправить все, либо, если это невозможно, он заслуживает справедливого суда. Заслуживает страдать, болеть и в итоге умереть. Это логично. Это правильно.

Второй процесс — попытка, наоборот, утратить контроль. Вера в кару небесную, в справедливый суд. Ожидание и даже сознательное усиление боли, чтобы добиться душевной нестабильности. То есть, безумия?... Нет сознания — нет логики. Нет чувства вины за совершение запретного поступка. Если достаточно изводить себя, то может быть, однажды я услышу в голове голос, который разрешит или даже заставит сделать то, что я боюсь сделать в сознательном состоянии?

Разве не этим занимаются все страдающие в горе люди, когда начинают неконтролируемо пить алкоголь, употреблять наркотики, отказываются от еды, и таким образом доводят себя до физического и эмоционального истощения? Это ведь тоже попытка самоубийства. Но медленного и легального. Никто ведь не скажет, что человек убил себя, если он на протяжении нескольких месяцев отказался от простейших вещей, способных поддержать нормальное здоровье — сон, питание,

физическая активность. Долгий стресс и часто длительная бессонница доводят его организм до физического истощения и в итоге он тоже умирает, вслед за своим любимым человеком. Очень большой процент людей, после гибели близкого человека умирает от проблем с сердцем.

Я не могу себе позволить так опуститься и начать употреблять запрещённые вещества. Даже алкоголь я пить не могу и не хочу. Это мерзко. Это явная, не прикрытая жалость к себе. И я не хочу, чтобы мои родные опускали глаза от стыда, глядя на меня такую. Жалкую, пьяную наркоманку. Я не хочу, чтобы Соня там, на небесах разочарованно смотрела на меня.

Но что мне делать с этим желанием «справедливости»? Что делать с этой уверенностью в том, что такая серьёзная провинность должна жестоко караться божественным и земным судом?

Не в этом ли убеждении и кроется ошибка?

Однажды на мое убеждение о том, что мы всегда получаем то, что заслуживаем, психолог Анна сказала:

— А как же дети, больные раком? Они в чем виноваты? Или человек, рождённый с ДЦП? Или матери, чьи дети умирают без причины сразу после рождения? Или смерть ребёнка из-за теракта или несчастного случая? Кто виноват?

Я не смогла ответить ей на эти вопросы.

Возможно она права и нет никакого логического обоснования в том, что и хорошие, невинные люди умирают внезапно и даже порой очень болезненно и тяжело.

Но я не могу и не хочу снимать с себя ответственность за то, что произошло. Я не могу просто принять для себя и поверить в то, что это трагическая случайность. Это не авария, не внезапная болезнь или несчастный случай. Это самоубийство.

И я знаю, какая она была добрая и терпеливая. Знаю, что она прощала меня и любила, и не могла часто отличить хорошее от плохого. Опять же в этом виновата я. Тот самый стокгольмский синдром, когда жертва начинает любить своего мучителя.

Я была старше, умнее, сильнее. Я должна была ее защищать.

А я мучала ее своей критикой. Обижала. Да, я не наказывала ее. Физически никогда. Но правду говорят, что словом и убить можно. Убить веру в себя. Убить желание бороться и жить. Убить душу. А тело не сможет жить без души.

Я считаю себя плохим человеком. Монстром. Я уверена, что я социопат, который просто притворяется хорошим. Но на самом деле я трусливая, завистливая и подлая. И все хорошее что я делаю для других — это просто театр. Зачем? Эго. Хочу, чтобы меня считали лучше, чем я есть. Стыдно, что я такая, и игра в «хорошего человека» помогает мне на время и самой поверить в то, что я достойный человек.

Я ошиблась. Смертельно ошиблась. И я виновна. Но Бог все никак не покарает меня. И я пока ещё в сознании. В трезвом уме и здравом рассудке. Ни безумия, ни неизлечимой болезни. Убить себя я не могу. Страшно. И стыдно. Знаю, что так я принесу ещё больше боли тем, кто любит меня и кто точно не заслужил переживать подобное ещё раз.

И что мне теперь с этим делать?
Говорят, надо простить себя.
Но я не верю, что я заслуживаю этого.
Что же остаётся?

Я сижу и смотрю в одну точку, покачиваясь вперед-назад... вперед-назад... Наверное, сейчас я похожа на сумасшедшего. Стекланный взгляд, слезы текут по щекам, а в голове роятся черные мысли. Жить?.. зачем?... ..пустота внутри. Никто мне не поможет, никто не ответит...

Так проходят минуты, которые кажутся часами. Еще мгновение и я «слышу»: «Жить. И стараться делать жизнь близких немножко легче. Даже чуть-чуть легче — уже победа. Забота, объятье, доброе слово, улыбка, подарок, душевный разговор. Я ведь могу это делать?»

Если я буду продолжать считать себя таким плохим человеком, разве в этой жизни будет смысл? Соню мне уже не вернуть. Но прожить остаток жизни зря? Неужели ее смерть была зря? Если я буду считать себя плохим человеком, то у меня действительно нет никаких причин жить. Я не убью себя. С ума не сойду, но буду жить и винить себя. Буду несчастная, слабая, жалкая, зависимая. Заставлю близких заботиться о себе. Вернее, я просто не оставлю им выбора. Им придётся. Разве они заслужили это? Нет.

Монстры не совершают хороших поступков. Таких, о которых никто не узнаёт и за которые никто не похвалит. А я делаю это иногда. И не рассказываю никому. Может не все потеряно для меня?

Говорят, люди не меняются.

Но я думаю, что трагедия может изменить человека. Часто только она и может это сделать. Да, мы учимся на ошибках, на боли, на страданиях.

Люди, которые пережили трагедию могут измениться только если они хотели меняться до неё.

Может смысл не в том, чтобы совершить что-то грандиозное — вылечить рак, спасти чьи-то жизни, основать благотворительный фонд? Полюбить весь мир? Научиться безусловной любви? Это слишком сложные для меня понятия. По крайней мере, в этой жизни. Может смысл в том, чтобы поверить в то, что я могу измениться — стать хотя бы чуточку добрее. Научиться любить хотя бы одного человека? И тогда может быть получится полюбить безусловно и других? И возможно, стоит попробовать с себя?

Ведь если я смогу поверить в то, что даже самый ужасный на свете человек заслуживает прощения и любви и значит у него есть шанс стать другим? Какой смысл множить страдания внутри себя и заражать этими страданиями любимых людей? Разве оттого, насколько я буду страдать, зависит счастье Саши, моих родителей и даже Сони? Думаю, ей тоже не легко было бы видеть меня такой. Думаю, она бы не хотела, чтобы мы все так страдали.

И это неправильно вспоминать и культивировать в своей памяти только негативные моменты. Мы часто были счастливы. Мы часто смеялись. И я хочу верить, что Соня любила меня и любила проводить со мной время. Я не должна обесценивать эти прекрасные моменты.

Если я продолжу винить себя во всем, я ничего хорошего уже в своей жизни не сделаю. Тем более, если я доведу себя до безумия, то точно не сделаю ничего хорошего. А только заставлю любимых людей плакать и страдать.

И если я хочу, чтобы остаток моей жизни прошёл со смыслом и тем более, если я еще хочу сделать что-то полезное, то чувство вины будет плохим топливом. Монстры не делают добрых дел.

Я хочу стать другой. Хочу научиться прощать себя и верить в то, что у меня есть шанс измениться.

Дело к вечеру. А по вечерам мы ходим на пляж смотреть закат.

Но сегодня я решила, что хочу перед этим немного погулять.

Саша спал, я старалась не разбудить его, собираясь на прогулку. Но он все равно проснулся и сразу спросил:

— Ты куда?

— Гулять.

— Почему без меня?

— Ты же спал.

— Уже нет.

И мы стали собираться вместе.

— А хочешь, поедem в город и там погуляем? — вдруг предложил Саша.

Я вспомнила красивую набережную Анапы, ухоженные скверики вдоль улиц, курортную архитектуру городка и поняла, что да, я хотела бы прогуляться по городу. «Может даже закат успеем увидеть».

И мы поехали гулять в центр.

Уже конец августа. В нашем районе машин стало раза в 2 меньше. Отпуск кончился. Люди потихоньку разъезжаются домой. Но в центре города как будто никто и не планировал разъезжаться. Мы ехали очень долго. Машины передвигались со скоростью 5 км/ч.

Вот мы и приехали. Но тут такое столпотворение! Как будто мы заехали в самую гущу городского рынка. Пробки, город полон машин и людей. Таксисты, нарушающие правила движения и нормы адекватности. Негде припарковаться. Да, тут мы вряд ли сможем оставить машину и погулять. И вот, я увидела одно свободное место. Но Саша не заметил его и проехал мимо, так как в это же время он исследовал другую сторону дороги в поисках парковки.

— Там было место...

— Да?.. я не заметил. Сейчас вернёмся.

Саша включает заднюю передачу. Мы медленно едем задним ходом к единственному месту парковки. И вот, после многочисленных манёвров, достигнуто нужное положение авто для того, чтобы заехать на единственное свободное парковочное место. Саша включает переднюю передачу, чтобы закончить парковку. Но тут, как будто из ниоткуда на это место влетает таксист Яндекс! Если бы не Сашина реакция, ещё бы мгновение, и мы бы с ним столкнулись!

Сначала я чувствую удивление.

Я такое видела только в кино, когда какой-то наглый, ушлый подлец-водила влетает перед своим соперником и занимает его место парковки. Пошлый сюжет из чёрной комедии.

Потом я чувствую, как удивление сменяется нарастающим возмущением. Но эта эмоция не успевает добраться до моего сознания, потому что я вдруг слышу грохот слева от себя. Я поворачиваю голову и вижу, как Саша в ярости пытается отстегнуть ремень безопасности. И тут я понимаю, что он не просто возмущён, он взбешён! И он торопится выскочить из машины, чтобы что?.. судя по его выражению лица... чтобы ударить этого таксиста?..

Мне даже представилось, как он вытаскивает его и лупит на глазах у изумленной толпы. Я не раз видела, как за последние полгода Саша выходил из себя за рулём настолько, что останавливался, выходил из машины и орал на водителя, требовал выйти и готов был к драке. Я с пониманием относилась к этим вспышкам гнева. Но сейчас я понимала, что проступок таксиста перекрыл по своей наглости все предыдущие ситуации. И настолько злым я Сашу ещё и не видела. Я вцепилась в его руку и стала просить: «Саша, пожалуйста, не надо, не надо!» Но это уже было бессмысленно. Я поняла, что не смогу остановить его. Он резко отдернул руку и вышел из машины.

Поравнявшись с белой Ладой таксиста, Саша громко ударил кулаком по крыше. Потом подошёл к водительскому месту и, если можно это так назвать, потребовал объяснений. Таксист, видимо по своему обычаю оставаться безнаказанным после каждого подобного поступка, что-то мямлил про то, что он якобы думал, что мы, наоборот, уезжаем. Хотя любой нормальный человек, хотя бы с 3-мя классами образования понял бы, что при таком положении авто это было бы невозможно. Из этой беседы стало ясно, что таксист и не собирался покидать свое место парковки.

В итоге, не добившись от него ничего, Саша, громко хлопнув дверью Лады, вернулся в свою машину. Уффф... он его не ударил.. слава Богу...

Когда он уже шел назад, и я заметила, как чуть впереди уезжает машина.

— Саш, смотри, отъезжает кто-то, давай там встанем?

Так мы и сделали.

Саша припарковался. Но настроения гулять уже не было...

Я остановилась, решила дать себе время решить, хочу ли я остаться тут или лучше прислушаться к своей интуиции и уехать.

— Я не уйду, пока этот таксист не уедет. — я вдруг поняла, что рассерженный водитель может устроить нам сюрприз, когда мы вернёмся с прогулки.

— Хорошо, давай подождём — ответил Саша. И мы остались сидеть в машине.

Но ожидание длилось не долго. Уже через минуту мы снова увидели и услышали уже возмущённый голос таксиста.

«Ты мне машину помял!» — кричал он. Мы с Сашей вышли из машины и увидели, как водитель ходит вокруг своей Лады, кричит и размахивает руками. Он высадив своих растерянных клиентов и уезжать явно не собирался.

— Как я мог ее помять? — удивился Саша.

И водитель Лады показал вмятину на крыше.

— Вот, ударил по крыше и помял!

Я не могла поверить, что такое возможно... это как же надо было ударить, чтобы оставить такую вмятину?... Наверное, повреждение было и раньше, просто таксист решил использовать эту ссору, чтобы получить компенсацию от страховой?.. Я стояла и смотрела на эту вмятину и вдруг сказала вслух:

— Это каким же Халком надо быть, чтобы такое сделать?...

— Радуйся, что эта вмятина на твоей крыше, а не на лице! — крикнул Саша.

— Ну давай, давай! — и таксист выскочил из машины и странно запрыгал, похлопывая себя по щеке, пытаясь таким образом видимо предложить наиболее удобное место для удара.

— Делать мне нечего, лупить тебя при свидетелях. И так с тебя довольно!

— Шас приедет Полиция, и они решат кто тут виноват! — не унимался таксист, продолжая бегать вокруг своей Лады.

Мы не сразу сообразили, что таксист вызвал не патруль ДПС, а наряд милиции. Да, ДПС тут не причём, ведь аварии не было. Был конфликт и обвинение в порче имущества. Взглянув на огромную пробку в обе стороны, я поняла, что мы застряли тут надолго...

А Саша уже звонил Димке. Разговор был короткий и веселый. Саша был доволен полученным от Димы советом.

— Оля, поехали!

— Как поехали? А Полиция?

— Никто не приедет.

— Почему?..

— Поверь мне, никто не приедет по такому вызову в центр города в самый час пик. Его отправят в участок писать заявление. Тем более, никто не станет искать приезжего туриста, который наказал ушлого таксиста за его наглость.

— Ты езжай. Я сейчас...

— Ты куда? — Саша смотрел на меня, не уверенно.

— Правда, ты езжай потихоньку, я догоню, видишь какая пробка. А я через пару минут догоню тебя.

— Ладно...

Саша выехал с парковки и потихоньку поехал прочь. А я дошла до машины таксиста, чтобы незаметно записать его номер машины. Так, на всякий случай. Проходя мимо, я слышала, как таксист собрал коллег по цеху и эмоционально рассказывал, что на него ни с того ни с сего набросился этот приезжий столичный хам, изувечил его дорогую Ладу и чуть не избил его самого.

Я улыбнулась, успела записать номер и потихоньку ушла.

Я шла и думала: Халк... а я тогда кто? Чёрная вдова?

Пока мы отдыхали в Роза Хутор, мы поменяли 5 номеров за 10 дней отдыха. Почему? Потому что мне не нравилось то одно, то другое. То шашлык жарят, то по голове топают, то под окном песни орут. И Саша ни разу не отказался поддержать меня. Каждый раз он стоически искал варианты переезда в номер лучше прежнего. Даже когда я решилась на переезд в час ночи из-за шума от постояльцев в доме на колёсах, припарковавшегося под нашими окнами. Он спокойно помогал переносить вещи и даже поддерживал меня во всем. Ругался вместе со мной с охраной, с администратором отеля... хотя для его сна этот шум был совершенно не опасен. Вот так, Халк и Чёрная Вдова отдыхают на курортах Краснодарского края. Все ломаем и крушим, зато вместе:)

Я шла, думая о том, что нам трудно сейчас. И мы иногда злимся. И иногда никак не можем остановиться. И это нормально. Он со мной. А я с ним. Вместе. И в радости, и в злости.

В этих мыслях я дошла до нашей машине, и дальше мы поехали вместе.

— Прости меня, я испортил прогулку... не смог сдержаться...

— Ну что ты, все нормально. Этот наглый таксист заслужил все это. А у нас было необычное приключение!

— Да:) — Саша улыбнулся. Думаю, ему стало легче оттого, что я не злюсь на него и не осуждаю.

Потом мы поехали за любимым капучино и по дороге болтали с Димкой. Он весело подшучивал над нами, такими злыми и опасными для общества отдыхающими.

P.S. Спустя примерно неделю Саше действительно позвонил работник местной полиции и попросил заехать в отделение для дачи показаний по поводу произошедшего инцидента. Мы приехали и познакомились с очень хорошим следователем. Спокойным и вдумчивым человеком. Он просмотрел записи камер наблюдения и сказал: «Если бы вот такой наглец у меня перед носом занял место парковки, еще и создал заведомо аварийную ситуацию, я бы его на 15 суток закрыл! Езжайте

спокойно, даже если и был этот удар по его машине, которого на камерах не видно, таксист свое заслужил.»

31 августа 2022

День 128. Необычная Молитва

Послезавтра будет ровно 6 месяцев, как не стало Сони. Очень тяжело...

Я молюсь каждую ночь, перед сном. Молюсь святой Софье, прошу ее, чтобы она позаботилась о душе моей Сони.

Иногда прошу терпения и мудрости понять то, что с нами произошло. Иногда прошу подарить надежду на то, что может быть однажды нам станет немного легче. И ещё прошу указать мне Путь. Тот самый, который поможет мне прожить остаток моей жизни не зря. Ведь теперь я не понимаю, зачем я живу.

Но это все не помогает. Мне становится хуже.

И вот уже вторую ночь перед сном я прошу... подарить мне освобождение. Я даже искала в сети молитву о скорой смерти. Можно ли просить святых о своей смерти?.. Это грех? Это та самая апатия, уныние — самый страшный грех?

К сожалению, такой молитвы я не нашла.

Теперь я не могу даже молиться. Я не могу спокойно и последовательно говорить правильные слова, следить чтобы одна мудрая и прекрасная мысль следовала за другой. Это отчаяние. Я не справляюсь...

И таблетки, которые я принимаю с апреля по рецепту психиатра мне не особо помогают. Все, о чем я могу думать, это о том, как, когда и где мне лучше умереть.

Я не думаю о том, как больно и плохо будет моим родным. Я понимаю, что им будет больно. И я пытаюсь найти такие варианты, которые сделают боль утраты меньше. Я проигрываю разные сценарии в голове.

И вот, кажется, нашла идеальный! Мне нужно уехать. Я знаю куда я уеду и знаю, что я сделаю, чтобы прекратить эти мучения. И это все точно сработает как нужно, меня даже не найдут! Более того, я смогу сделать так, что меня даже искать не будут. По крайней мере, очень долго не будут искать, потому что будут думать, что я жива. Я настрою отложенную отправку писем своим родителям и Саше... так они долго будут думать, что со мной все хорошо...

Стоп... но однажды они заподозрят... и начнут искать. И вот эти поиски... это даже хуже, чем смерть. Надежда. Бесплодная надежда. Которая будет мучать их возможно годами... разве они заслужили такого?.. Нет.

Убить себя и остаться лежать где-нибудь дома? И заставить родных хоронить меня? Видеть мое мертвое тело? Нет. Это слишком жестоко...

Рассказать Саше о своём плане, отправив его в командировку, сделать все самой? Ты тут, в командировке, дела делаешь. А как там Оля, у неё все хорошо? — Да, все отлично, как раз сейчас она дома, наглоталась таблеток и, наверное, уже бьется в предсмертных конвульсиях. Предоставив ему алиби, в итоге заставить его пережить второй самый ужасный день в его жизни?

Остаётся только... законный способ. Несчастный случай.

И я вспомнила один момент. Это было месяца три назад, в Питере. Я переходила дорогу через нерегулируемым перекрёсток, по пешеходному переходу. Проезжая часть была пуста и в последний момент я посмотрела налево. И увидела быстро приближающуюся машину. «Она меня сейчас сожёт»... Первая естественная реакция — страх. Инстинкт самосохранения. И следом другое — остановиться. Остаться так. И все закончится. И вдруг я уловила такое спокойствие внутри — «Это наконец-то закончится» ... И третья мысль следом — «Он ни в чем не виноват» — о водителе авто, быстро приближающемся ко мне. И я продолжила идти дальше. Я перешла дорогу, машина проехала перекрёсток. Ничего не произошло. Жизнь продолжилась.

А может быть это будет болезнь? Когда-то я почти выиграла эту лотерею... Теперь я уже жалею, что тогда, 7 лет назад я успела спасти себя от быстротечного смертельного ракового исхода. Строгий друг, который настоял на срочном походе к врачу. И другой мой друг, который срочно прооперировал меня. Они спасли меня тогда. И жизнь продолжилась.

На месте Сони должна была быть я... Это я должна была умереть тогда, 7 лет назад?.. Зачем было губить маленькую, невинную и добрую девочку?

Не справедливо...

Сегодня Саша играл мне на гитаре. А потом вдруг остановился и я поняла, что он вот-вот заплачет. Он тихо сказал: «Я не знаю...»

Я смотрела на него и понимала то, что хочет, но не может сказать. И закончила его фразу:

— ... Как это сделать.

— Что?.. — он посмотрел на меня.

— Я не знаю, как это сделать. Как пережить это...

— Да... — ответил он тихо

Я не могу просить Бога о своей смерти. Не должна.

Это неправильно.

Но я прошу.

Потому что мысль о смерти — единственное, что может меня успокоить сейчас. Однажды это кончится. И если мне повезёт, и это произойдёт скоро, то это, наверное, и будет божьей благодатью.

1 сентября 2022

День 129. Уроки рисунка

Еще весной Саша решил, что хочет обучаться скетчингу, как когда-то обучались мы с Соней.

Мы садились с Соней вечерами, когда все уроки были сделаны и смотрели обучающие видео, повторяя за преподавателем.

Рисунок чёрным, несмываемым линером. Без права на ошибку. Вдвойне сложно. Никакой подстраховки — никаких стираемых карандашей и ластиков. Сразу набело.

Как же у неё классно получалось! Сонины рисунки были живее, интереснее, чем мои. А ведь я обучалась рисунку и графике и в институте и потом, в частной художественной школе. И многолетний опыт графического дизайнера явно был не лишним. Однако, рисунки Сони были как будто с душой. Это признавали все, кто их видел. У Сони и правда был настоящий талант...

Мы съездили с Сашей в книжный магазин и купили чёрные линеры и пару скетчбуков. Вечером я включила знакомый обучающий курс с самого начала.

Я смотрела видео и еле сдерживалась, чтобы не разрыдаться. Я сидела справа от Саши. Точно так же, как когда мы рисовали с Соней. Я всегда сидела справа от неё.

Мне нужно это сделать. Я должна терпеть. Но кажется, что становится все больнее. Но я должна терпеть.

Сегодня мне пришла вдруг мысль: Люди, которые терпят постоянную боль бывают двух типов. Те, кто жалуется, злится, обижается на жизнь, на Бога, на все и всех вокруг. Те, кто изводят близких и родных в желании получить больше внимания, жалости и поддержки. Зацикленные на своей боли.

А есть те, кто не смотря на свою боль, ещё умудряются найти в себе силы, чтобы улыбнуться самим и даже успеть вызвать улыбку у любимых людей вокруг. Те, кто преодолевают свою боль, чтобы не беспокоить близкого человека, а наоборот показать, как ценны ваши отношения, как много значит для тебя этот человек и как ты благодарен ему за все.

Нет, есть ещё третий тип. Те, кто переживает свою боль в одиночестве. Эти люди — что-то среднее между первым и вторым. Они не жалуются, но и не помогают.

Очень давно я прочитала одну замечательную книгу. «Благодать и стойкость». Ее написал Кен Уилбер, современный философ. Его жена заболела раком. В течение пяти лет они вместе писали Истрию своей общей борьбы за ее жизнь. Я тогда тоже переживала страх за свою, ведь мне поставили неутешительный диагноз. Я читала эту книгу, мне было жаль Кена и его жену Трею. Но я увидела, что в смертельной болезни нет и не может быть ничего прекрасного и одухотворенного. Постоянная боль, которая съедает тебя снаружи и изнутри. Вопрос, с которым ты просыпашься и засыпашь: «За что?!» Это очень честная, настоящая книга. Она не только о том, как сильный духом человек достойно и красиво умирает, сплотив вокруг себя всю семью, попутно пытаясь понять и поверить в то, что у всего в этом мире есть своя причина. Даже у твоих страданий.

Книга ещё и о том, как тяжела эта борьба. Она о сомнениях, о надежде, об эгоизме и великодушии, о жалости к себе и сильной воле. О настоящей любви и поддержке родственных душ. И как же много нужно сил, чтобы пройти этот тяжелый путь, прежде чем твоя душа освободится от этих страданий и окажется наконец дома.

Значит, надо терпеть? Скрывать, что больно, и продолжать пытаться заботиться и поддерживать тех, кому сейчас ничем не легче? Наверное...

Но как же нам теперь всем жить? Все мы теперь живем в постоянной боли.

Как избавить близких от боли? Если бы я это знала, я бы не мучилась сама. Разве? Ведь я могу быть просто рядом...

И я ищу то, что может их отвлечь или занять хотя бы ненадолго.

Маму я стараюсь мотивировать на занятия творчеством. Рисую эскизы Сониных портретов, чтобы Мама потом могла написать эти сюжеты на холстах, масляными красками. Я знаю, как мама любит рисовать и знаю, как творчество может увлечь и даже излечивать душу. Хотя бы немного. Заказываю для неё краски, разбавители, холсты, этюдники, кисти. Готовлю маму к полету в космос:) А что, почти так и есть. К полету ее творческой души.

Мы проводим много времени с Сашей.

Я стараюсь как могу улыбаться, даже шутить. Обнимаю Сашу, мы много говорим, смотрим с ним наш любимый сериал, гуляем вместе.

Днём я терплю, скрываю, плачу украдкой. День кончается, и я ухожу плакать.

Глядя на Сонино фото, я даю волю чувствам. Теперь можно плакать сколько хочешь. Никто не услышит.

Сейчас 2 часа ночи, на календаре 1 сентября. Утром дети пойдут в школу. Помню, когда Соня перешла во второй класс я предложила ей не ходить в школу 1-го сентября. И вместо Школьной линейки мы занялись творчеством. Я поставила свой мольберт, разложила фрукты, и мы учились рисовать натюрморт с натуры. Эти фотографии у меня сохранились до сих пор. И иногда я думаю, что именно так и нужно было проводить время вместо того, чтобы снова и снова отправляться в это ужасное место под названием «Государственное унитарное образовательное учреждение».

Соня больше не должна ходить в это место. Она больше не будет страдать и бояться. Больше не будет этого стресса, этих ссор и критики. Не будет больше одиночества и страха быть не такой как все. Не будет больше непонимания «за что?» и мыслей о том, что ты слабая, глупая, что ты неудачница и ничтожество.

Вот что я сделала со своей девочкой.

Через двое суток, будет ровно 6 месяцев, как я убила ее.

И от этого мне так погано, что мысль о том, чтобы сдохнуть поскорей, скоро превратится в мечту. Как там у Билли Айлиш: «Я видела сон, что умерла. И это было лучшее, что случилось со мной».

2 сентября 2022

День 130. Второе число

Сегодня обычный день.

Проснулись рано, как обычно. Темно ещё. Темно и холодно. Но надо вставать, собираться. Впереди новый день.

Я расчесываю волосы. Длинные, шелковистые волосы. Я ничего не вижу, и действую наощупь. Нужно торопиться. Вот-вот позвонит Саша, и скажет, что он уже подъехал. Вот и готово. Волосы собраны назад — длинная коса. Причёска готова.

Я обнимаю ее сзади. Крепко. Я держу ее так, потом надо отпустить... Саша ждёт внизу, чтобы отвезти ее в школу.

Она собирается очень быстро. Я выхожу попрощаться с ней, а она уже надевает портфель. Уже стоит на пороге в своём тёплом серебристом пуховике. Хотя на календаре и весна, в Питере все ещё хозяйка Зима.

Синяя шапочка и шарф-снуд, которые мы всего пару недель назад выбрали в магазине. Чёрный портфель — мой бывший рюкзак. Она не была притязательна

в вещах. Была рада всему, что я дарила ей или мы покупали в магазинах. Она не любила ходить по магазинам.

Сегодня после школы карате. А на физру идти не надо. Недавно болело ушко, и врач назначил капельки и дал освобождение от уроков физкультуры. «Пока, Буся!» — «Пока!» и она уходит. Я дома, работаю, занимаюсь домашними делами.

Надо написать моей маме... каждый день я думаю об этом. Вот-вот хочу написать, но не делаю этого. Я не писала ей уже очень давно. Меня мучает совесть, потому что я не хочу писать. Почему?... Мне страшно. Моя мама не из тех, кто утешает. Скорей наоборот. Боюсь, что страха будет так много, что он перельется через край, если я напишу. Придётся спорить, убеждать, успокаивать. И ещё чего-то. Не могу понять чего. Это и мешало мне написать ей так долго.

Неделю назад началась война. Я не сплю до 5 утра по ночам. Читаю новости, и что ещё хуже, комментарии людей к этим новостям... от этих комментариев еще страшнее... мир сходит с ума... Дети в школе тоже стали напряженные. Соня уже спрашивала о войне и что будет дальше. Я боюсь. Я не знаю, что будет дальше. Я не думала, что буду жить в такое время, когда моя страна нападет на другую страну.

Но написать маме надо. Просто узнать, как у неё дела. Как Здоровье. И я решаюсь. Простой диалог. Вроде обошлось без увещеваний, и без страхов. Обошлось...

Я ухожу на кухню, чтобы приготовить обед. Возвращаюсь к рабочему месту и вижу новые сообщения.

Снова от мамы.

Она пишет, что сейчас детям присылают ужасные, пугающие сообщения, что это очень опасно и нужно проверить Сонин телефон.

Я читаю и чувствую страх внутри. Он был там и раньше. Но теперь чувствую, как он просыпается. Чёрный страх, медленно расползается и я понимаю, что уже поздно сопротивляться. Я не хочу лезть в Сонин телефон. Меня буквально воротит от этой мысли. Но теперь... глупо врать, что меня это не беспокоит... и я думаю, может она права? И я вдруг соглашаюсь с мамой. Соглашаюсь со своим страхом. Я отвечаю ей, что посмотрю сегодня Сонин телефон. Ну вот и все. Остались считанные часы.

Я рассказываю Саше о разговоре с мамой.

Что нам делать? Проверить Сонин телефон?

Да. Мы оба решаем, что нам нужно это сделать. Но как? У Сони пароль на телефоне. И мы его не знаем. Придётся рассказать Соне об этой затее и попросить ее показать нам телефон. Так мы и решили поступить. Я должна все сделать. Я всегда принимаю решения. Саша их всегда поддерживает.

Саша уезжает по делам. Я остаюсь одна. Работа отвлекает меня на несколько часов.

Время бежит быстро, скоро Соня вернётся из школы.

Она идёт из школы пешком сама. Самостоятельный мой человек. Пришла. Холодная, с румяными щечками. Обнимаю ее так, что ей трудно дышать. Это у нас такая шутка. Как дети обнимают кота крепко-крепко, а кот выдаёт сдавленное «мямя». Так и я обнимаю ее, в пуховике, с рюкзаком за плечами и чувствую уличный мороз и холод ее румяных щёчек.

Она веселая, все хорошо. Двоек сегодня нет. Ура!

Хочешь кушать, Буся? — она раздевается и идёт мыть руки.

В еде тоже не прихотлива.

Ничего не просит, не требует, не обижается и всегда прощает.

Уроки. Опять эти уроки. И как всегда, задали так много...

Скоро ехать на карате.

Она прибежала ко мне и что-то смешное рассказывает. Я смеюсь, она тоже. Веселый мой человечек. Я хочу заплести ее еще раз, убрать выбившиеся прядочки, которые, наверное, мешают и лезут в глаза.

— Да ничего, не надо, Мама, и так нормально.

Я тянусь рукой убрать эти прядки, хочу прикоснуться к ней, но не успеваю. Она уже ускакала. Так и застыла я с вытянутой рукой, провожаю ее взглядом... Мгновения радости... Как в замедленной съемке...

Времени мало, пора снова собираться! Саша уже приехал и готов взять Соню на карате. По средам у Сони карате.

Я снова остаюсь ненадолго одна.

Саша возвращается. У него немного времени, потом снова нужно будет ехать за Соней, чтобы забрать ее с занятия и привезти домой.

Ах да... Сонин телефон... Внутри как будто что-то больно кольнуло. Я все ещё не хочу делать это. Но надо... я никогда не лезла в ее телефон, никогда не проверяла его. У меня не стоял родительский контроль, я не отслеживала Сонино местоположение. Соне это кажется нравилось, когда она с удивленным возмущением рассказывала о своих одноклассниках, которых таким образом жестко контролировали их родители. Я доверяла ей. Она очень добрая, очень хорошая. Она не желает никому зла, и кто пожелает и причинит ей его?

Урок карате скоро закончится. Пора за Соней!

Внутри что-то холодное. И все вокруг какое-то размытое. Не настоящее. Может я так странно все вижу и чувствую, потому что снова не выпалась?..

Я слышу, как поворачивается ключ в замке. Саша с Соней вернулись. Ещё немного времени. Ещё чуть-чуть. Я не хочу этого делать. Но нужно. И чего я так боюсь? Это же быстро. Взгляну просто, смогу убедиться, что там нет видео с оторванными солдатскими головами и закрою чат.

Я встаю и как будто на автопилоте иду к Соне в комнату.

Я рассказываю ей о том, что сейчас настало очень трудное, страшное время. Говорю о злых людях, которые пытаются использовать любые способы влияния на простых людей. А на детей влиять ещё проще. Рассказываю о том, что пару дней назад вышел новый закон, который запрещает отправлять заведомо ложную информацию о военных действиях. Любые новости, любые сообщения, даже фото или видео. Рассказываю о том, что дети, сами того не осознавая, часто делятся непроверенной информацией друг с другом. И все это очень опасно. И мне нужно убедиться, что все в порядке и никакие злоумышленники не воспользовались ее телефоном.

Она послушно отдаёт мне телефон. Я вижу на телефоне пароль и прошу его снять. Лишь раз она взглянула на меня с опаской. Я понимала, что в их чатах может быть и пошлое, и скабрёзное. Половое созревание, сексуальное воспитание нынешних детей порой опережает по знаниям и осведомленности своих родителей. И я улыбаюсь ей: «Соня, меня это не интересует. Ваши шутки на эту тему. Меня волнует только то, что может нанести вред тебе и всей нашей семье». И тогда она снимает пароль и отдаёт мне телефон.

Я уношу его в другую комнату и кладу на столик у кровати. Посмотрю потом...

Уже вечер. Снова темно. Скоро спать. Мы с Сашей по вечерам перед сном играем в PlayStation. Ну как играем. Саша играет, я смотрю. Бессмысленное, бессознательное состояние. Не могу и не хочу думать. Не хочу бояться. Лимб — когда ты и не живешь и не умер. Вот так я чувствую себя каждый вечер, уставившись в экран огромного телевизора. Или не только по вечерам?.. как будто жизнь стала одним длинным, тягучим сном. И я все никак не могу проснуться...

Телефон лежит на прикроватном столике. Он лежит, повернутый экраном вниз. Розовый силиконовый чехол. Я вижу его. Я знаю, что должна посмотреть. И никак не могу решиться.

Соня пришла. Она уже в пижамке. Синяя, в клеточку. Это была моя пижама, но Соня подросла, и я отдала ей ее. Ей очень идёт. Тёплая, фланелевая пижамка. Идёт кушать, а потом будет умываться и спать. Все, как всегда. Сегодня не стану ей читать перед сном, уже поздно. И порисовать сегодня не успели. В дни карате не успеваем рисовать или читать. Обнимаю ее за пузико. И слышу, как бьется ее

сердечко. Впереди ещё час приготовлений ко сну, а потом делительные нескончаемые обнимашки, веселые ежики и розовые гуси. Все наши ежевечерние присказки и шутки. Тёплое ее дыхание, мой любимый запах ее кожи и волос. Ее шелковистые волосы, нежные ее ручки, которые каждую ночь так крепко обнимают меня перед тем, как я пожелаю ей спокойной ночи.

Пока она ест и умывается, я беру ее телефон. Я открываю первый же чат и меня прошибает как от удара током...

Еще и ещё... и снова... это просто шокотерапия... я медленно передаю телефон Саше: «Посмотри...» он берет телефон и читает. И я понимаю, что у него такая же реакция.

— Что нам теперь с этим делать?.. — спрашиваю я его и вижу, что он тоже как в тумане...

— Я не знаю...

Как будто наше такое тёплое и нежное, призрачное счастье рухнуло... или его и не было никогда, и мы все это придумали? — вот что промелькнуло в моей голове. Нет, не может быть! Я знаю, она не такая, она нас любит, это какое-то недоразумение. Она добрая, нежная милая девочка, которая не желает никому зла. Да... она и правда не желает зла... но желают другие. А она... просто игрушка для битья?.. сознательно принимает роль жертвы? Может ее заставили? Может... нет... я не понимаю... мой веселый ёжик? Моя Буся? Мой рыженький котик? И вот это все... как это возможно?...

Возвращается Соня. Я, наверное, выгляжу просто ужасно, потому что у неё испуганный взгляд:

— Мамочка, что с тобой?...

— Ничего... просто устала...

Она пытается меня обнять, но я не могу. Я в ступоре. Я в шоке...

— Иди спать, Соня...

Голос металлический, холодный.

Она уходит, опустив голову.

Мы продолжаем читать. И все больше опускаемся во что-то чёрное, страшное. Страх. Тот самый страх, который проснулся сегодня днём. Теперь он полностью захватил нас и превратился в холодный ужас.

— Буди ее! Она ещё не спит. Зови ее! — говорит таким же ледяным голосом Саша.

— Подожди, может подождём? Давай попробуем успокоится?..

И мы пробуем. Но вместо такого необходимого спокойствия накатывает вторая волна — уже гнев. Мы открыли второй чат с подругой, одноклассницей. Мы видели эту девочку несколько дней назад. Она была у нас в гостях. Первый и последний раз. И еще тогда она внушила нам этот неосознанный ужас. И теперь

мы читаем эту страшную переписку и видим подтверждение тем странным ощущениям и подозрениям, которые неделю назад возникли у нас с Сашей. И это конец.

Мы зовём ее. Соня заходит в комнату. Голова опущена. Она смотрит вниз. И так останется сидеть последние пару часов своей жизни.

Она не плакала. Не жаловалась. Не злилась. Ни единой слезинки. Она ждала. Когда уже можно будет прекратить эту пытку. Мы осуждали ее и ругали, зывали к ее совести и здравому смыслу. Мы ополчились на неё так, как будто она была каким-то вселенским злом. А ведь она всего лишь была напуганная, маленькая, невинная девочка. Настолько остро переживающая одиночество, готовая на все, чтобы почувствовать, что она не одна. Что она нужна кому-то.

Она отвечала на наши вопросы тихо и обреченно. Помню, я спросила ее в отчаянии: «Ты нас хотя бы ещё любишь?!» — «Да...» — ответила она.

И последнее, тихое: «Можно в туалет?..»

На часах полночь. Второе число. Скоро начнётся новый отсчёт, скоро наступит третья марта. И в 1:45 она уже будет лежать на ледяном асфальте, тяжело дышать и задыхаться кровью. Широко раскрытые глаза, в которых уже нет жизни, а только застывший страх и ужас. «Дыши, Соня, пожалуйста, дыши!» — я последний раз прикасаюсь к ее щечке. Последний раз я вижу ее. Саша последний раз обнимает ее, удерживая на руках ее безжизненное тело.

Она будет умирать там и из-за наших страхов, злости и трусости. И прибывшие врачи не смогут помочь ей. Переломанное безжизненное тело отнесут в машину скорой, чтобы через несколько минут, длинную в вечность, объявить: «К сожалению она умерла».

Она доверилась мне, а я подвела ее. Обманула, осудила, оттолкнула, бросила ее в самую тяжёлую минуту. Я не сказала, что люблю ее в ответ. Не обняла. Не убедила, что мы справимся все вместе и все исправим. Ни одного доброго, утешающего слова. Страх был так велик, что нам не хватило времени принять и осознать то, что мы узнали. Мы должны были помочь ей. Но вместо этого мы ее убили. Измучили ее до смерти. И она просто не выдержала этой пытки.

Сегодня второе число.

И все мы виноваты в том, что случилось с ней.

У нас было все. У нас было счастье. И мы его разрушили все вместе. Всего за несколько часов.

Моя мама могла не писать мне свои страхи и не увещевать о необходимости про-
верять Сонин телефон.

Я могла не соглашаться с мамой и отказаться от этой проверки. А если бы и решилась на неё, то могла бы прочитать эти чаты при Соне, без Саши. И возможно мы бы поговорили с меньшими потерями, обсудили все вдвоём. Я могла бы быть терпеливой, понимающей и мудрой мамой и вместо осуждения и страха могла бы предложить Соне помощь — поискать для неё хорошего психолога, согласиться нанять репетиторов, предложить перевод в школу попроще. Тем более, что Соня неосознанно просила меня о помощи, когда вскользь упоминала о том, что говорит сама с собой, или о том, что у неё есть воображаемый друг или когда спрашивала разницу между психологом и психиатром. Или, когда я заметила, что она стала дольше и крепче обнимать меня перед сном, долго не желая отпускать и что потом она все равно долго не могла уснуть. Я должна была понять, что она уже в беде. И ей нужна помощь...

Саша мог бы быть мягче и добрее во время этого последнего ночного разговора. Он мог бы встать на сторону Сони, если бы осознал, как ей не легко. Я бы тоже могла бы быть мягче и добрее во время того ночного разговора. Или хотя бы перенести его на следующий день. Ведь часто так бывает, первый шок проходит и приходит понимание, вместе с желанием помочь.

Если бы...

Да, мы все, каждый из нас мог бы быть лучше, мудрее, добрее. Но мы остались собой. Страх, злость и трусость вместо любви, терпения и заботы. И теперь мы будем жить с этим всю оставшуюся жизнь.

Странно, но я помню этот день до самых мелочей. Теперь я так и буду проживать его снова и снова. Каждый день. Может это и есть ад на Земле? Проживать самый страшный день твоей жизни, каждый день, день за днём.

Надеюсь, Ты простишь нас когда-нибудь, Соня?...

Надеюсь, мы сможем простить себя когда-нибудь?...

3 сентября 2022

День 131. Полгода. Мой прекрасный ангел

Сегодня был очень тяжелый день.

В 5:30 мы с Сашей были на пляже и запускали китайский фонарик. Был очень сильный ветер, и мы не были уверены, получится ли. Фонарик непослушно рвался вверх, но тут же норовил упасть на песок. Но когда большое красное сердце наполнилось горячим дыханием, он резво взмыл в небо и очень быстро улетел в море.

Мы видели, как порывами ветра его то поднимало резко вверх, то он почти падал. И где-то уже почти на горизонте он, кажется, упал в море.

Ещё вчера мы купили все необходимое для того, чтобы тихо посидеть всей семьей за столом и вспомнить нашу девочку, нашу Сою.

Любимый ею торт и немного ее любимой еды. Заехали вчера в цветочный и купили очень красивую гибридную розу. И вот фото Сони в морской рамочке, красивый цветок и единорог Соня тоже с нам за столом. Бокалы с ее любимым пепси наполнены, я хотела сказать тост. Сказать что-то хорошее, позитивное. Мне хотелось так много сказать... Но на полуслове я вдруг расплакалась... Я держалась с самого утра. Понимала, что нужно будет поддерживать и Сашу, и родителей. И в итоге к обеду мои силы кончились.

Мы все много плакали. Вспоминали Сою. Просили о том, чтобы ее душа обрела покой и нашла радость. Чтобы она освободилась от боли и страха. Вспоминали милые, веселые моменты из нашей жизни. Папа не сдержался и в итоге высказал свои страхи. Я почувствовала, как Саша и Мама напряглись. Но я поняла, что ему тоже очень больно, просто он не может сказать об этом. И внутри у него так много этой боли, растерянности, обиды, злости. Все эти эмоции можно было бы описать одним простым «За что?! Почему?!»

Я постаралась успокоить его. Он ведь ни разу за полгода не говорил об этом ни с кем. И все это держал в себе. Я поняла это, и поэтому старалась что-то объяснить ему. Пыталась ответить на его вопросы. Надеюсь, у меня получилось... Потому что он тоже плакал. Нужно иногда плакать... нельзя так долго держать боль внутри.

Потом мы смотрели с Сашей альбомы, которые я так долго делала, и он их ещё не успел посмотреть. Снова плакали.

Саша был очень уставший. Оказалось, что он проснулся не в 5 утра, а в 3. И поэтому он полдня спал. Он снова лёг спать, я в это время читала, и делала для Саши карманный мини-фотоальбом с фотографиями Сони. Я давно обещала ему сделать такой. Он видел мой маленький альбомчик, который помещается в ладошку, и он тоже захотел такой же себе. Так что, когда он проснулся, я ему вручила его в подарок.

Потом мы ели вкусный торт и пили капучино. Теперь папа был веселее и даже рассказывал всякие смешные истории из своей жизни. Мы очень хорошо посидели. Потом мы, как всегда, пошли с Сашей на пляж, провожать закат. Море было тёплое, но очень зелёное. Вода мутная. Мы не стали купаться, а просто посидели на песке, как обычно.

Пока мы сидели на пляже мне пришла в голову необычная мысль. Вернее, аналогия. Мы живем в материальном мире и стараемся добиться большего во всем. Как

человек, который купил себе дорогой красивый автомобиль. Он красуется и гордится этим авто, наслаждается комфортом. Испытывает гордость и азарт, обладая таким дорогим объектом. И так проходит жизнь.

Наша душа заперта в этом красивом автомобиле. Который или стоит в гараже, или в лучшем случае, нарезает круги вокруг дома, чтобы доказать соседям, как много добился его владелец. А даже если и едет куда-то, то водитель не понимает куда и зачем.

А ведь наша душа рождается в теле для того, чтобы проделать свой, особенный и важный путь. И ее цель не купить новое авто, а добраться из точки А в точку Б. Душе не важно, на чем и как она туда доберётся. Ей важно достичь своей духовной цели. Жизнь проходит, а мы стоим на парковке и полируем свой дорогой автомобиль. Так и не попытавшись понять, что рождены для великой цели. Для великого и часто не простого пути. Но для этого нужно понять, куда и зачем нам нужно ехать. Потом иметь мудрость проложить маршрут. А потом иметь достаточно терпения и веры, чтобы этот путь преодолеть. Не важно на чем. На машине, велосипеде или пешком. Некоторые доходят пешком быстрее, чем другие на своей быстрой и мощной машине. Как? Осознанный пешеход знает кто он, где находятся и куда нужно идти. И выбирает кратчайший путь достижения своей духовной цели. В то время как владелец дорогого авто часто едет в совершенно противоположную сторону и так никогда и не достигает того, ради чего он родился в этой жизни.

Я хочу найти свой путь. Речь не о призвании. Не о работе мечты. Не об успехе. Не об идеальных отношениях. Я хочу понять и усвоить главный урок своей души. То, ради чего я родилась. Чтобы стать мудрее, сострадательнее. Чтобы не бояться. Чтобы верить. Чтобы научиться любить.

Это был хороший день. Только очень-очень грустный. Мы сегодня очень много плакали.

Как правильно сказал сегодня папа:

«Говорили, что станет легче после 40 дней. Не правда. После 4-х месяцев — не правда. И вот уже 6 месяцев, а все так же больно. Никуда эта боль не уходит. И вряд ли уйдёт...»

И это правда. Очень больно. И порой так больно, что хочется умереть. Но нельзя. Потому что этим причинишь ещё больше боли тем, кого ты любишь.

Мы вряд ли способны сейчас на какие-то великие дела. Даже помочь толком не можем. Потому, что каждому из нас сейчас нужна помощь. Мы можем только попытаться не причинить ещё больше боли. Не сделать хуже.

Сегодня я смотрела на Сашу, на его красные от слез глаза. Или чувствовала его ступор от очередного осознания, что этот кошмар — это наша реальность сейчас. Или слышала, как он плачет.

Тогда я брала его крепко за руку. Если ловила его потерянный взгляд, то улыбалась ему, как будто молча говорила: «Я с тобой. Я люблю тебя». Когда видела подступающие слёзы, то обнимала его. Или плакала вместе с ним.

Почти весь день я была сильной. Я плакала, да. Я очень тосковала по Соне, это так. Но сегодня я с самого раннего утра до поздней ночи верила. Верила, что я любила свою доченьку и продолжаю любить. А ещё верила, что она любила и любит меня. И очень часто мы были счастливы. И я все ещё помню об этом.

Вина никуда не ушла, боль тоже. И даже желание умереть пока на месте. Но были и светлые моменты веры, которая помогла мне сегодня пережить этот день. Пережить самой и даже поддержать свою семью.

Бусинка, благодарю тебя за этот день! Когда ты была жива я звала тебя «Мой хороший человек, очень хороший человек». Теперь ты стала ангелом. Большим и светлым ангелом. И теперь я верю, что ты — Мой прекрасный ангел.

4 сентября 2022

День 132. Бег по кругу

Вчера мне пришла необычная мысль о том, что жизнь современного, амбициозного человека, наделённого талантами и способностями, похожа на удовольствие от обладания мощным, дорогим автомобилем. Машина, которая стоит на парковке и радуется глаз вместо того, чтобы отвезти ее владельца до нужного пункта назначения. То, ради чего мы здесь, на Земле. Каждый из нас.

И сегодня эти мысли снова со мной.

Я думаю о Пути. Не о пути реализации талантов и возможностей. Я не о том возможном максимуме своего ума и воли, который можно проявить, если много учиться и работать. Я о том пути, который необходимо пройти моей Душе, находясь в сейчас в этом реальном мире, пребывая в своём живом теле из крови и плоти.

Я всегда верила в то, что труд и обучение воспитывают терпение и укрепляют веру в себя. А эти качества необходимы, чтобы идти вперёд. Это топливо для нас. Мы не можем отстраниться полностью от Эго Ума.

Часто в эзотерических книгах пишут, что Эго — это что-то плохое. Что-то, что мешает нам найти просветление, мешает проснуться и жить жизнью, полной любви и мудрости. Якобы нужно отказаться от нашего Эго, потому что в нем-то и заключены все наши пороки: жадность, зависть, злость, страх и ненависть. Страх одиночества, страх быть отвергнутым.

Ум боится. Боится боли, боится, что нас не будут любить. И тогда Ум защищается, создаёт иллюзии. А когда человек в иллюзии, его Ум как слепой, который ведёт его в пропасть.

Но мне кажется, что отвергать, отказываться от Эго — это не совсем верно. Эго Ума — Это не хорошо и не плохо. Это как жаловаться на правую ногу, которая сильнее левой. Нам нужно две ноги, чтобы идти.

Я верю, что личность состоит из двух частей: 50% — Эго нашего Ума. Другие 50% — Эго нашей Души. И когда эти две сущности связываются и человек находит баланс в синергии этих энергий, тогда мы и получаем шанс не только на достижения, успехи, радость от жизни. Но и удачу, которая как будто помогает, подыгрывает такому человеку, чего бы он не задумал. Это, наверное, тот самый феномен, который эзотерики зовут «Вселенная помогает». Я верю, что такое возможно, когда человек научается находить баланс между душой и разумом. И наша уникальная личность — это баланс этих двух энергий. И разве этот баланс не является компасом, который помогает нам принимать верные решения? Верные — это те, что в итоге приводят нас к точке Б.

Успех, слава, деньги, любовь, самореализация — все это тоже очень важно. Но мне кажется, это скорей возможное, но не обязательное следствие тех выборов, которые мы делаем каждый день. Выбор души и ума, который приводит к действию. И это действие приводит к счастью или боли.

Правильно ли думать, что только счастье может считаться единственно верным «симптомом» правильного выбора? Правильно ли думать, что счастье — это эквивалент духовной цели? Разве душа приходит в этот мир только познавать счастье? Разве Ван Гог, Фрида Кало, Ницше, Гессе, Виктор Франкл или многие другие гениальные, но безгранично одинокие великие личности испытывали нескончаемое счастье, следуя своему духовному пути? Каждый из них страдал, испытывал боль и лишения, порой пережил забвение и одиночество. Но разве они не достигли своей точки Б?

Поэтому выбор каждого из нас всегда так сложен, и одновременно так прост. Эгоцентричное счастье ума, но серый туман духовной пустоты. Или выбор духовного

начала, но принятие возможной боли и смирение с лишениями. Как у Замятина: Быть счастливым, но не свободным, или быть свободным, но несчастным? Истина или комфорт?

Выбор.

Душа просит одного. А Ум другого. Возможно ли делать правильный выбор, удовлетворив потребность Ума в реализации своих интеллектуальных и творческих способностей и потребности Души в стремлении к мудрости и состраданию?

Что выбрать? Что важнее? А может быть возможно все сразу? Быть счастливым умом и наполненным духовно? Встречала ли я таких людей? Я видела людей, которые искали способы, которые могли бы помочь улучшить свое положение, окружение, внешний вид, состояние здоровья, отношения в семье. Но я не встречала тех, для кого баланс был целью. Разве это не одно и то же? Не совсем.

Это, как если бы человек, не довольный своей фигурой искал таблетку от лишнего веса. Даже если взять за пример что-то более адекватное — если бы такой человек был занят поиском программы упражнений, тренера или диеты. Или даже больше — если бы этот человек занимался в зале каждый день и бегал марафоны ради достижения своей идеальной формы. Я не говорю о профессиональных спортсменах-бегунах, чей хлеб зависит от идеальной беговой формы. Я о тех, кто изнуряет себя тренировками, или голодовками, или накачивает свое тело препаратами, ради одной только цели - отражения в зеркале.

Тренировки, диеты, чудо-пилюли или супер-инъекции — все это не решает настоящую, основную проблему. Такая гонка всегда обречена на провал. Не потому, что пилюли или тренировки не работают. Потому что или отражение в зеркале никогда не удовлетворит такого человека, или цель не оправдывает средства. Фигура будет все так же не идеальна, а здоровья будет все меньше и меньше. Даже достигнув однажды «фигуры мечты», удержать этот образ будет не возможно.

Такому человеку не приходит в голову искать причину внутри себя.

Почему он не любит своё тело? Почему он сравнивает себя с кем-то другим? Почему он думает, что от того, как он выглядит, зависит его счастье? Почему он связывает свой несовершенный внешний вид с неспособностью создавать крепкие, серьезные отношения? Почему он связывает безразличие партнера с неидеальностью своей фигуры? Почему он не умеет терпеть естественный голод? Почему он не чувствует своё тело, чтобы понять, что ему нужно? Почему он не чувствует истинного вкуса? Почему он запрещает себе какую-то определенную еду? Почему он набрасывается на эту «запрещёнку» так, что потом становится мучительно стыдно и все опять начинается по кругу? Почему все его мысли только

о еде или о том, как он выглядит или о том, что о нем думают другие? Почему он ежеминутно сравнивает себя с кем-то другим?

Все эти вопросы слишком печалят, слишком усложняют его и так не простую жизнь. Самый главный вопрос, ответ на который не обещает ему ничего хорошего: «Почему он чувствует этот постоянный голод — пустоту внутри, которую никак не унять?» И речь не о физическом голоде. Речь о внутренней пустоте, которая поглощает все вокруг и всегда сопутствует любой зависимости, любому неврозу, любой неудовлетворенности. Пустота, которая поглощает мечты, надежды, радость, силы. А если вдруг остановить этот бег по кругу и отважиться взглянуть на неё? Это страшно.

Остановиться и взглянуть. Потому что в итоге можно столкнуться с правдой, в которой не признавался себе долгие годы, старался заглушить ее успехами на работе, новыми дорогими покупками, планами и задачами, бесконечной занятостью... А главное, титаническими усилиями, потраченными на решение самой важной задачи — доказать, что ты чего-то стоишь. Что скажут? Что подумают? Я лучше? Я хуже? Я достоин? Он/она любит меня?

Эти вопросы не дают тебе покоя, но дают силы, чтобы продолжать этот бег по кругу. Бег за призрачной внешней целью Эго Ума. Ты бежишь по кругу как ослик за морковкой. Ведь цель никогда не будет достигнута. Бежишь за призрачной целью, которая обещает счастье, но вместо этого множит пустоту внутри.

Если Эго Ума сильное и человек наделён способностями и талантами, амбициями и сильной волей, но он не видит и не чувствует свою Душу, он добьётся многого. Но в итоге не обретёт настоящего счастья. Без осознания своей духовности у такого успешного в материальном и ментальном плане человека есть импульс к движению, но нет направления. И поэтому он чувствует Пустоту внутри, что бы он не сделал и чего бы не добился.

Зачем же нам даются все эти способности, таланты, внутренняя энергия, амбиции, азарт, желание выиграть, победить, докопаться до истины? Разве для того, чтобы ещё быстрее бежать по кругу?

Бег по кругу вместо того, чтобы идти в направлении своей настоящей цели. Не уверенно, спотыкаясь и падая, ошибаясь, но все же продолжая свой путь к точке Б.

5 сентября 2022

День 133. Ты счастлив?

Итак, настоящая цель. Зачем мы здесь?

Чтобы реализовать свои способности и развить таланты?

Чтобы укрепить волю и характер, чтобы добиться своего максимума?

Чтобы стать гениальным врачом, художником, музыкантом (вписать нужное) и изменить мир своим трудом или творчеством?

Чтобы встретить любовь всей своей жизни, создать семью и дать своей семье все самое лучшее?

Чтобы стать известным, уважаемым человеком, обладая властью и влиянием на других людей?

Чтобы иметь полную финансовую независимость и возможность жить там, где хочется и так, как хочется?

Все и каждый в отдельности из этих вариантов прекрасно подходит для «цели всей жизни». И среди них нет таких, которые не подошли бы хотя бы кому-нибудь.

Все эти цели амбициозные и смелые. Каждая из этих целей, если только это не просто мечта Емели-дурочка, требует от претендента железной воли, выдержки, уменью рисковать, не бояться конкуренции, желанию побеждать и даже уменью проигрывать. А ещё терпения и веры в себя, чтобы попытаться снова, когда в очередной раз ошибёшься.

Все эти цели — цели нашего Эго Ума. Успех, сила, слава, влияние, власть, контроль, независимость. Все это потребность Ума к самореализации. С целями Ума все ясно. А как быть с целями Души? Ведь успехи на работе, банковский счёт и славу не заберёшь с собой в царство Аида, когда придёт твой срок.

Душа приходит в этот мир в теле человека не ради целей Ума. Вернее, самореализация — это тоже может быть одной из целей Души. Но не ради земного успеха, славы и власти. А ради раскрытия своего таланта. Творческого потенциала, который тоже часть программы развития каждой Души.

Для чего же приходит душа? За какими уроками она приходит на Землю?

Чтобы реализовать свой творческий потенциал?

Чтобы спасти чью-то жизнь?

Чтобы научиться смирению и состраданию?

Чтобы научиться любить?

Чтобы научиться благодарности?

Например, душа выбирает тело инвалида, чтобы прожить, прочувствовать все ограничения такого тела в полной мере. Чтобы научиться ценить то малое, что имеешь. Проживая жизнь в теле инвалида, такая душа может подспудно помочь прожить свои духовные уроки своим родным — урок терпения и безусловной любви к своему ребёнку-инвалиду.

Чтобы усмирить свои пороки? Ведь у каждого свой «букет» недостатков. У кого-то чрезмерная жестокость, у кого-то наоборот, трусость и хроническое зависимое положение из жизни в жизнь.

Чтобы пережить новый духовный опыт, который поможет преодолеть самые глубинные страхи? Возможно даже этот опыт будет очень тяжёлым. Потеря любимого или ребёнка, долгая борьба за жизнь неизлечимо-больного человека.

Про духовные цели особо не принято говорить и уж тем более, вряд ли кто-то будет осознанно выбирать одну из таких целей для жизни. Никто не хочет страдать. Осознанно выбрать такую цель не представляется возможным для простого современного человека, живущего в миру среди себе подобных. Но хочет он того, или нет, это выбор уже сделан. Его Душа уже сделала его. Она либо усвоит свой самый главный урок в своем нынешнем воплощении. Либо нет. А если нет?.. тогда, я верю, его Душа должна будет родиться снова, чтобы пройти через подобное опять.

У каждого из нас свои внутренние конфликты, свои уроки. Если бы их не было, мы бы не рождались на Земле снова и снова. Так в чем же может выражаться конфликт души и разума? Разве не это противостояние множит ту самую карму, которую мы в итоге отрабатываем снова и снова, проживая ее из жизни в жизнь?

Разум — осмысляет и ищет самореализации. Душа — страдает и ищет мудрости. Этот внутренний конфликт часто скрыт. Просто потому, что голос души почти не слышен. Таких людей легко узнать... у них почти всегда потухший взгляд. И часто такие люди, в попытке отвлечься от этого чувства пытаются «обнуляться», «забыться».

Если человек всю жизнь реализовывал не свои мечты, достигал не своих целей? Трудно признаться в этом и поэтому часто «успешные» люди глубоко несчастны внутри. Возможно, что из-за такого глубокого конфликта происходит большинство психосоматических болезней? Зависимости и неврозы — возможно тоже результат неспособности увидеть правду и услышать себя?

Как же услышать голос своей Души? Как избежать этого конфликта? Как научиться реализовывать свой творческий потенциал, воплощая свою мечту? Осознавая свой выбор правильным, а себя в итоге счастливым?

6 сентября 2022

День 134. Услышать голос

Все мои прошлые амбициозные цели перестали вмещаться в новый маленький и одинокий мир неудачницы, которая потеряла самое главное в жизни — любовь своего ребёнка и радость от того, что он жив, здоров и просто рядом. Теперь все мои прошлые планы кажутся глупыми, эгоцентричными, бесполезными. Мой жестокий Ум довёл меня до такой печали, и я больше не верю в логичное счастье. Теперь я хочу остановить свой Ум.

Зачем мне это вдруг стало нужно?

Смерть моего единственного, любимого ребёнка. Смерть, в которой я виновата. Это я со своим эгоцентризмом и жестокой аналитикой сделала свою девочку такой несчастной. Довела ее до тяжелой депрессии и затем, вместо помощи оттолкнула, бросила ее в самый для неё тяжелый момент. Я уже погубила одного невинного маленького человека, слушая много лет только Свой Ум. Зачем же мне продолжать слушать его?

Теперь я хочу услышать свою Душу. Поздно? Да. Теперь уже поздно. Я не верну ее. Я не исправлю ничего. И остаток жизни я буду очень несчастна, буду плакать и винить себя до самой своей смерти. И это нормально. Если только Творец не скажется надо мной и не пошлёт мне какую-нибудь болезнь, которая сократит срок этой душевной боли.

Зачем же мне это?

Раз все равно уже поздно и впереди только боль и страдания.

Я хочу услышать свою Душу для того, чтобы прожить этот свой остаток достойно. Моя Соня учила меня безусловной любви. И у неё получалось это лучше всех. Но этого было недостаточно для меня. Я не справилась со своей жестокостью. Я жила так много лет — защищалась, будучи уверенной в том, что мир жесток и только самые сильные и лучшие могут выжить в этом мире.

Я хочу услышать свою Душу, чтобы найти своё предназначение.

Я не хотела слушать ее раньше. Не верила в то, что есть что-то больше и важнее, чем воля, характер и трудолюбие. Теперь я понимаю, вернее, догадываюсь, что так много энергии и силы я получила не просто так. Не для того, чтобы саркастично

подмечать недостатки и слабости в других людях. А для того, чтобы сделать что-то важное. Но вот что, пока не понимаю.

Я хочу услышать свою Душу потому, что чувствую, что она пришла в этот мир, чтобы научиться преодолевать свои слабости, свои самые яркие пороки.

Моя гордыня — самый главный мой порок.

Гордыня не даёт мне осознать то, что мир совершенен сам по себе. Мне трудно принять то, что каждый из людей особенный. Не плохой и не хороший. Моя реактивная потребность в осуждении и жёсткой критике — страх оказаться самой не достойной любви. Моя потребность в суждении и делении людей на достойных и не достойных — страх самой признать в себе все то, что я так люблю осуждать — слабость, трусость, лень, жадность и зависть.

Я хочу услышать свою Душу, чтобы понять, а вернее, поверить, что все в этом мире не зря. Ничто не появляется и не исчезает бесследно. У всего есть причина, у всего есть смысл. Даже у плохих вещей. И порой плохие вещи случаются и с хорошими людьми.

Я хочу услышать свою Душу, чтобы попытаться пройти свой самый сложный урок — простить себя. Я не знаю, смогу ли я, получится ли у меня. Но возможно, я смогу хотя бы сделать шаг в этом направлении?... И ещё... я хочу услышать свою Душу, чтобы попытаться услышать Соню... Я верю, что там, в нашем настоящем Доме, наши Души все вместе. Все наши души — единое целое. Возможно услышав себя, я смогу почувствовать, смогу понять, что у Сони все хорошо, она спокойна и счастлива там, и она сможет простить меня?...

Теперь, когда вместо амбициозных целей Ума у меня есть новая мечта, совершенно другого формата и другого направления, я в растерянности... Ведь в отличии от моих обычных эгоцентричных задач, я совершенно не представляю, как быть с Духовными желаниями? Как мне услышать свою Душу и как сделать все это возможным? С чего начать?

Говорят, Душа приходит на землю в теле человека, чтобы научиться мудрости и состраданию. А что это значит быть мудрым и сострадательным? Мудрые и сострадательные люди творят добро, и для них это норма жизни. Помочь, поддержать, отказаться от своих интересов в пользу другого. Как научиться этому? Возможно ли измениться эгоисту?

Может нужно попытаться начать с простых вещей? Быть хорошим человеком. Легко сказать, но как это сделать? Можно ли научиться добродетели?

Возможно ли это?

7 сентября 2022

День 135. Осмысление добродетели

«Брат мой, если есть у тебя добродетель, и ты один обладаешь ею как достоянием своим, ни к чему, чтобы была она у тебя общей со всеми.

...Лучше, если ты скажешь: «Нельзя ни выразить, ни назвать по имени то, что составляет муку и сладость души моей, а также голод утробы моей.

Да будет добродетель твоя слишком высока, чтобы называть ее по имени: а если придется тебе говорить о ней, не стыдись говорить невнятно.

Запинаясь же, говори так: «Это мое достояние, и я люблю его; оно нравится мне таким, какое есть, и я один желаю быть хозяином его.

Ни потребности естества моего, ни божественного закона, ни человеческого установления не хочу я видеть в добродетели моей; не хочу и того, чтобы стала она для меня путеводителем на небо, в рай.

Предмет любви моей — земная добродетель: в ней мало мудрости и совсем мало смысла, понятного всем.

Но эта птица свила у меня гнездо свое: потому я люблю и ласкаю ее, и теперь золотые яйца высидивает она у меня. Так должно тебе восхвалять добродетель твою, и пусть будут невнятны слова твои.»

Фридрих Ницше «Так говорил Заратустра. О радостях и страстях.

Я долго думала о том, как описать словами добродетель. Но поняла, что это бессмысленно. Порыв души — истинная добродетель, не поддается логике, не вписывается в терминологию, не терпит анализа Ума.

Я не уверена, что этот процесс можно даже пытаться контролировать. Планировать подвиг, как барон Мюнхаузен? Разве добро, обусловленное желанием славы, может считаться таковым? Такой «подвиг» — жажда Эго. Это гордыня. Ждать благодарности и похвалы за помощь? Это малодушие.

Получается, что невозможно управлять или контролировать настоящие, искренние душевные порывы к совершению добрых поступков? И значит, невозможно научиться совершать добрые поступки, руководствуясь логикой и разумом? Да и какая логика в совершении доброго дела?

Многие совершают такие поступки из чувства вины. Пытаясь таким образом получить искупление за свои грехи или пороки. Или, желая увеличить счёт на «том свете», так и поясняя свой мотив: «на том свете зачтется». Кто-то таким образом учится смирению, отрабатывая свою епитимью за гордыню и эгоизм. Большая часть таких мотивов продиктована религиозными и нравственными устоями, которым сотни и даже тысячи лет.

Религия. Возможно, это ключ к добродетели?

Ведь даже Данте поместил тех, кто не прошёл священный этап крещения на первый круг Ада. Лимб — духовное ничто. Не Ад и не Рай. Безбольная скорбь. То есть, скорбь без боли — как вечное наказание.

Я всегда отвергала религию. Я видела в ней новые оковы для разума и души. Я отвергала убеждение, что человек по умолчанию грешен и потому отвержен. Деление на ад и рай, на грешников и святых. Достоин царства Божия или нет? Хороший или плохой? Разве не по этой причине Адам и Ева были изгнаны из Рая? За то, что познали плод великого древа Познания. Вкусив этот плод, они научились различать добро и зло. Научились судить. И за это лишились вечной благодати. И были изгнаны из Рая. Первородный грех — плод разума, способный судить о всех вещах.

Но разве не об этом все проповеди на свете? О добре и зле. О том, как коварно зло. О том, как ужасны грехи наши. О том, как нужно страшиться своей человеческой сущности, отвергать ее и даже ненавидеть в себе все плохое? Разве все это может дать покой душе растерянному человеку? Уныние и страхи — то, что как мне казалось, несёт в себе любое религиозное учение.

Но для чего тогда была написана Христианская Библия, мусульманский Коран, еврейский Танах или индийская Бхагавадгита? Разве не для поучения добродетели?

Сотни лет религия поддерживала тех, кто нуждался в мудрости. Тех, кто искал добродетели. Можно ли стать добродетельным через чтение и осознание заповедей, проповедей или религиозных притч?

Мне трудно ответить на этот вопрос, ведь из всего вышперечисленного я читала только Библию. И то в детстве, и только потому, что уж больно красивыми были иллюстрации к каждой библейской истории. Потом я всю жизнь отвергала даже возможность познакомиться ближе с любой из религий. Я видела религиозных адептов, истинных фанатиков своей религии, и с каждой такой встречей все больше отдалялась от этой идеи. Когда-то в раннем детстве я даже была покрещена. Но сняла или потеряла свой крестик, так и не планируя его вернуть.

Только в более сознательном возрасте я узнала о буддизме и поняла, что именно это учение ближе мне. И моему разуму, и моей душе.

Теперь я читаю «Тибетскую книгу мертвых». Это особенная, необычная книга. Ее настоящее название очень отличается от такого звучного и мистического европейского варианта, которым ее окрестили западные переводчики много десятилетий назад. Настоящее ее название — «Бардо Тхёдол». Бардо — «ничто», промежуточное состояние между двумя явлениями — жизнью и смертью. Тхёдол — освобождение. Теперь я читаю тибетскую книгу великой мудрости о жизни и смерти. Там нет нравоучений и проповедей, нет наставлений о том, как стать благодетельным.

Это книга о трансформации, перерождении, о совершённом переходе, который ждёт каждого из нас. Ведь не даром говорят — «Помни о смерти». Если есть смерть, жизнь обладает своей ценностью. Зная, что душа твоя вечна, зная, что ждёт тебя после смерти, зная свои уроки души, твоя жизнь наполняется смыслом. Не из страха быть нареченным грешником и быть осуждённым на вечные страдания из-за грехов своих. А из осознания и понимания истинного хода всего сущего. Законы причин и следствий — «дхарма». Карма — не как наказание для грешников, а непреложный закон жизни. Ничто не исчезает. Все в мире изменяется, чтобы переродится и быть снова.

Я пока не нашла действенного, простого инструмента, который бы помог мне научиться добродетели. Может именно потому, что это бессмысленно пытаться логически понять и анализировать добродетель? Может, вместо этих поисков, просто позволить себе быть? Позволять себе спонтанные проявления доброты и сострадания, которые порой случаются со мной?

Я рада, что это иногда происходит со мной вот так, не контролируемо, не прогнозируемо и чаще всего, внезапно для меня самой же. Может быть просто позволить себе быть, позволить себе быть собой. Учиться осознавать не добродетель, а себя в ней?

8 сентября 2022

День 136. Осознавать себя

Осознанность. Такое сейчас модное слово. Теперь его вспоминают по поводу и без. У меня есть даже несколько книг на эту тему. Я читала эти книги и старалась упражняться в осознанности сама. Десятки раз я пробовала посидеть в тишине, наблюдать себя и свои мысли. Но оказалось, что это так трудно! Ум не отпускает. Иллюзия важности ума не позволяет остановить эту «мыслемешалку». Если я

остановлюсь, перестану думать, анализировать, переживать, контролировать... что тогда случится?

Контроль. Именно иллюзия контроля больше всего мешает. Ведь если ты остановишься, даже на несколько секунд, ты поймёшь, что ничего не можешь контролировать. А главное, ничего не нужно контролировать. Будущего ещё нет. Прошлого уже нет. Но иллюзия контроля подкрепляется умом — я должен помнить о прошлом, чтобы создать лучшее будущее. Иллюзия контроля — это иллюзия счастья. Если я буду знать где ошибся, есть шанс не повторить ошибку и создать для себя лучшее будущее. Правильная с точки зрения разума и потому такая коварная идея поглощает тебя. И ты гонишься за счастьем, пытаешься жить в будущем, которого нет, снова и снова проживая через чувство вины своё прошлое, которого тоже нет. И так проходит жизнь. В страхе перед будущим и в чувстве вины за прошлое. Проходит настоящий момент.

Мне казалось, что, когда я это осознаю, я смогу научиться медитации. Я попробовала снова. «Осознавать настоящий момент» — так началась моя практика освоения нового навыка «Не думать». 7 секунд — мой фактический рекорд. На восьмой секунде каждый раз появлялась новая мысль, которая прерывала мой опыт медитации. «И что дальше?»

Не думать. Зачем? Для чего? Кому это нужно? Что мне это даст? Может во мне говорит моя жадность? Я привыкла к простой жизненной арифметике — «делай и получишь результат». Какого результата я ожидаю?

Для чего люди учатся медитировать?

Я стала читать популярные книги о медитации. Простые люди, живущие среди нас, которые успешно практикуют медитацию. Как они объясняли свою потребность в этом необычном опыте? Чего они ожидали? «Чтобы познать себя». «Чтобы обрести гармонию». Это все конечно очень красиво звучит, но что это все означает?

И тогда я отложила книги и стала спрашивать о медитации у простых, живых людей. Тех, кого я знала и кому доверяла. «Чтобы научиться осознавать, а значит и контролировать свои спонтанные реакции — негативные эмоции гнева». «Чтобы обрести внутренний покой» — такие ответы я получала на свой вопрос: «Для чего тебе нужна медитация?»

Я стала спрашивать у разных людей, которые долго и, казалось, успешно практиковали медитацию. Сначала я спросила у одного знакомого мужчины.

— Зачем ты делаешь это? Что тебе это даёт?

— Внутренний покой.

— А зачем он тебе?

— ... ну... я становлюсь более... спокойным... в простой жизни. Не испытываю так много стресса, не беспокоюсь о будущем, как это бывало раньше. Не срываюсь на реактивные эмоции. Я стал более... терпеливым.

— А где тебе это может пригодиться?

— В работе с людьми... не срываюсь из-за пустяков. В отношениях с женщинами, наверное... не нервничаю из-за конфликтов или наоборот, лучше слышу и понимаю ее... В своём отношении к рабочим вопросам... не переживаю так сильно, как раньше. И это даёт время и больше возможностей для принятия верного, взвешенного решения, о котором я потом не пожалею, как это бывало раньше.

Да. Согласно этому личному опыту, медитация и правда должна помогать в обычной жизни... Потом я спросила о том же самом женщину. Она тоже очень положительно отзывалась о своей практике медитации и о том, как медитация изменила ее жизнь к лучшему.

— Зачем тебе была нужна медитация?

— Я очень уставала и часто злилась.

— Почему?

— Злилась, когда не оставалось времени на себя. Или, когда казалось, что то, что я делаю никто не ценит. Или, когда боялась, что скоро превращусь в глупую домохозяйку. Когда каждый день стал похож на предыдущий и я злилась на детей, на себя и на мужа.

— И как тебе помогла медитация?

— Постепенно я научилась больше ценить радость от общения с детьми. Поменьше переживать о том, на что не могу повлиять и наоборот, стала больше уделять внимания себе. В целом, я стала более спокойной, а это всем в итоге пошло на пользу.

Покой. Да, мне всегда не хватало этого внутреннего покоя. Доводы знакомых в пользу нового полезного навыка убедили, что дело стоит того. И я решилась попробовать снова. Но практика медитации оказалось таким трудным делом! Для меня это было намного труднее, чем осваивать любой другой навык, где достаточно внимательности, способности к анализу, трудолюбия и терпения.

Вспоминая свои бесплодные потуги к медитации, сейчас мне пришла в голову смешная аналогия. Ты устал, заработался, нервы, стресс, хлопоты и вот, желая отдохнуть, ты планируешь поездку в СПА-салон. Там ты расслабишься, там будет массаж, приятная музыка, ароматы восточных благовоний, свечи и успокаивающий чай. Конечно, ты торопишься поскорей добраться до него! Но есть одно «но». Этот райский оазис в двух сутках езды! Потратишь ли ты двое суток в плацкарте, чтобы добраться до СПА-салона, даже самого прекрасного и расслабляющего места на свете, где проведёшь всего пару часов? Вот так же я ощущала себя, пытаясь учиться медитации. Непосильные труды и в итоге... ни малейшего

намёка на успех...

Когда однажды мне удалось остановить свой ум на рекордные 7 секунд, я ожидала ощутить покой, благодать, единение. Весь этот космос или хотя бы его часть. Но вместо прекрасной Вселенной своего истинного «Я», что я ощутила? Холодную, чёрную дыру. Пустоту. Не успокаивающую и умиротворяющую, не прекрасное «ничто», обещающее покой. Нет, я ощутила страх. Перед холодной и тёмной пустотой. Может быть, я просто очень плохой человек? И я увидела это сама и испугалась правды?

И очередная попытка закончилась... ничем. «Не очень-то мне все это помогает...» — говорила я себе. В конце концов, мой ум часто помогал мне по жизни... так что буду делать то, к чему привыкла и то, что хоть как-то работает... или я просто хотела так думать.

И вот теперь я думаю попробовать снова. Не ради внутреннего покоя. Не ради того, чтобы научиться контролировать свои эмоции. Или чтобы наладить рабочую и личную жизнь или ощутить радость жизни. А ради того, чтобы услышать свой внутренний голос. Может быть, если получится успокоить свой разум, я смогу хотя бы ненадолго услышать голос своей души? И может быть тогда я услышу ответ на свой главный вопрос?

9 сентября 2022

День 137. Рецепты для Души

Что же делать? Как научиться слышать свою Душу?

Религия как вариант учения о добродетели — для меня сомнителен. Притчи мудрецов? Жития святых? Возможно, это полезная и даже действенная литература для такой задачи. Но признаюсь честно, мне этот вариант обретения мудрости никогда не был близок.

Мне ближе книги, где ученики или последователи терпеливо записали беседы со своими просветленными Учителями.

Когда-то я читала Ошо, Самдарши. Недавно прочла Тит Нат Хана. Теперь вот купила три книги Садхгуру. Тихая, благодатная радость, которая наполняет тебя, когда ты читаешь эти книги — то, чего так не хватает современному, уставшему разуму. Пока он в покое, появляется шанс услышать свою Душу.

Сейчас я чувствую, что мне нужны книги, которые дают мне покой и принятие. Я хочу верить. Хочу поддерживать свою веру. И если книга даёт мне веру, это хоро-

шая, правильная книга. Сейчас я читаю «Бардо Тхёдол» в переводе Роберта Тунмана, а когда гуляю или занимаюсь на велотренажере, то слушаю аудио-версию Ницше «Так говорил Заратустра». На очереди три книги Садхгуру «Размышления мистика», «Внутренняя инженерия» и «Карма», и «Тибетская книга жизни и смерти» Согьяла Ринпоче. Из аудио-книг на очереди «О чем плакал Ницше» Ирвина Ялома.

В электронном варианте я пыталась читать «Суицидальное поведение: типология и обусловленность» Сахарова и Говорина. Но читать эту документальную литературу оказалось для меня пока слишком трудно. Я не оставляю попыток возвращаться к этой книге. Но сейчас я сознательно делаю выбор в пользу тех книг, которые могут помочь моей Душе, а не Уму.

Значит, первое — **Чтение правильных книг.**

Что ещё помогает мне остановиться и почувствовать, услышать то лучшее, что есть во мне?

Музыка, наполненная смыслом. Мне всегда нравилась музыка Людовико Эйнауди. Это гениальный пианист, известный всему миру. Нам с Сашей повезло, мы однажды даже побывали на его концерте. А недавно я узнала о Денисе Стельмахе. Этот совсем молодой пианист — наш соотечественник. Мне кажется, он не менее гениален, чем Эйнауди. Когда я слышу музыку Стельмаха, я чувствую, что эти прекрасные мелодии созвучны моей душе.

Книги. Музыка. Что ещё?

Творчество.

Когда я что-то рисую, на компьютере или от руки, то чувствую, как время останавливается для меня. И тогда я получаю возможность остановиться и услышать эту внутреннюю тишину. Нет ничего кроме меня и моего рисунка. Сосредоточенность на своей работе, и радость от того, что вот прямо сейчас рождается что-то новое. Что-то, что является частью меня.

Мне всегда хотелось научиться хорошо рисовать. И теперь мне хочется нарисовать так много. Столько идей в голове! Соня вдохновляет меня, и когда я рисую, я чувствую покой внутри и радость. Это очень много значит для меня сейчас.

Размышления.

Иногда мне приходит какая-то мысль и я исчезаю для внешнего мира. Мое сознание полностью поглощается этими размышлениями. И иногда мне кажется, что мысль возникла из неоткуда. Она просто приходит. И это тоже очень необычно и тоже похоже на акт творения, как во время занятием творчеством.

Созерцание.

Этот процесс обычно совмещен с прогулкой. Просто радоваться деревьям, солнцу, небу, морю, горам или прекрасной архитектуре любимого города.

Прогулка.

Я люблю гулять. Просто идти по улицам, по лесу или по пляжу. Я просто иду. Спокойная прогулка, которая может привести на размышления или часто во время таких прогулок я получаю новую творческую идею.

Прогулки, созерцание прекрасных видов природы или наблюдение за игрой детей. Мы не зря идём с Сашей гулять каждый день. Когда мы были в Питере мы каждый день ходили в парк, рядом с нашим домом. Теперь мы каждый день ходим на пляж, смотреть закат и поговорить с морем, посидеть и послушать шум его волн.

Практика обучения Медитации — для обретения внутренней тишины, так необходимой для того, чтобы услышать истинный голос Души. Это для меня сложный путь, но я не оставляю попыток в обучении медитации.

Все эти не сложные и вполне доступные процессы — прогулка, созерцание, слушание музыки, занятия творчеством, чтение. Но эти простые вещи были доступны мне всегда. Почему же я так и не смогла научиться мудрости и состраданию?

Потому что не хотела. Не считала нужным. Потому что считала материальные, практические вещи важнее эфемерной духовности. «Хороший человек — не профессия» — так я часто говорила. Я уважала труд и терпение — как единственные верные инструменты будущего успеха. И часто говорила об этом Соне. Трудиться и быть терпеливым — этого, мне казалось, достаточно для достижения счастья. Если будешь трудиться, добьёшься многого. Станешь тем человеком, которого будут уважать, в ком будут нуждаться. Получишь возможность выбора партнера по своему уровню. Эволюция, естественный отбор. Сильный побеждает слабого. Поэтому надо стать сильнее — умнее, быстрее, упорнее.

Я не могу сказать, что теперь отказалась от убеждения, что сильный Ум — это плохо. Или что амбиции — это плохо. Но теперь я понимаю, что этого явно недостаточно для счастья.

Для счастья нужны люди. Нужна любовь и родство душ. Как говорил Тарковский: «Человеку нужен человек!»

Самое благостное состояние души возникает во время беседы. Разговор с человеком. С мудрым, терпеливым, любящим человеком. Это самое ценное, что может быть. Это успокаивает мятущийся разум, пробуждает и открывает Душу. Когда-то

таким человеком для меня была моя бабушка. Но это было давно. И я очень скучаю по нашим беседам. И не только беседам... я скучаю по тому ощущению силы, которое исходило от неё. Сострадание, терпение, мудрость. Вот те слова, которыми можно описать мое отношение к бабушке. Я смотрела на неё и хотела быть на неё похожей. Я была совсем другой. Вспыльчивой, вредной, упрямой, злопамятной. Но осознание ее благодетелей с самого раннего детства, ее теплота и нежность, все это вызывало во мне интерес и детский восторг, который постепенно перерос в глубокое чувство уважения и восхищения в зрелом возрасте.

И возможно, эта важная связь была тем необходимым добром, которое помогло мне не стать полным моральным уродом — это, в том числе, заслуга моей бабушки. Она была моим Учителем. Но она не учила меня ничему. Она не читала нотаций. Не учила жизни. Она просто была. Жила так, как она умела. Жила, согласно своим ценностям и внутренним правилам. И этого было достаточно для меня, чтобы увидеть результат ее действий — глубокое уважение и благодарность всех, с кем ей доводилось встретиться.

Она не была добренькой. Она была доброй. Она не была зависимой. Она была сильной. Она не была приторно-услужливой. Она была сострадательной. И я видела все эти добродетели не на словах или в поучительных проповедях, а в ее реальных поступках и в результатах этих поступков. Это было похоже на магию. Там, где была бабушка — было тепло и радостно. Она всегда больше заботилась о ком-то другом, чем о себе. Но она могла быть и очень строгой, если так нужно было. Она принимала людей такими какие они есть. Работая всю жизнь с подростками, она была доброй, но справедливой.

Значит ли это, что самое действенное из всего, что я перечислила, это обучение терпению и мудрости, наблюдая за своим Учителем?

В российской православной традиции есть такое понятие — Духовник. Человек мудрый, терпеливый и любящий. Тот, кто поможет советом и даст покаяние человеку в горе или в беде. Я слышала о том, что такой человек хоть и живет по законам церкви, обычно принимает мирские заботы и сомнения своих прихожан с пониманием.

Добрый человек. Мудрый человек. Терпеливый и понимающий. Православный этот человек по своей вере или нет, не думаю, что это важно. Доброта сердца одинакова на любом языке, наречии или религии.

Думаю, это лучшая практика обучения душевной силы. Но одновременно, она и самая сложная. Потому что очень трудно найти такого Учителя. Те, кто понял это, порой ищут своего Учителя, своего Будду всю жизнь.

Возможно, мне стоит тоже искать его. Это не обязательно должен быть глубоко-религиозный человек. Если мне посчастливится встретить доброго, сильного духом и верой человека, это будешь большим даром. Просто так слушать его, наблюдать за ним, говорить с ним.

Но пока такого человека нет рядом. И нужно учиться самой. То, что помогает мне остановить мой ум и открыть сердце. Чтобы услышать истинные желания Души. Говорят, что, когда Ученик готов, Учитель сам находит его.

Учиться каждый день быть терпеливым и сострадательным в мелочах. Позволять случаться хорошим мыслям и поступкам. Осознавать иногда свою злость и принимать это в себе. Юмор, умение пошутить над самим собой очень помогает в любом деле. Нам с Сашей очень повезло, нас окружает так много хороших, добрых и сильных людей.

Еще очень помогает то, что мы вместе. Просто само присутствие дорогого человека рядом. Забота о Саше и о родителях. Когда тебе плохо и порой кажется, что сил совсем не осталось, но вот ты видишь, как твой любимый человек опустил голову и закрыл лицо руками... Ты не взвешиваешь свои силы, не думаешь, а хватит ли у тебя сил на поддержку, а просто подходишь и стараешься быть рядом, обнять, поддержать. И ему становится легче. И тебе вдруг тоже. Наверное, правду говорят — если разделить радость, ее станет в два раза больше, а если разделить горе, то его станет в два раза меньше.

Все это вместе или всего понемногу. И если верить и пытаться снова и снова, может быть однажды я смогу услышать себя? Может быть у меня есть шанс, и я смогу измениться?

10 сентября 2022

День 138. Неразрушимая капля

«...Будда всегда учил о перевоплощающейся душе как о неэгоистичном, относительно, меняющемся, причинно-обусловленном континууме сознания. Чтобы достичь ясного переживания тончайшей неразрушимой капли души, необходимо полностью реализовать пустоту, или отсутствие индивидуального «я». Это, по словам буддийских учителей, «высшее «я» отсутствия «я»».

Бардо Тхёдол

Сейчас я читаю «Бардо Тхёдол. Книга Великого освобождения, известная как Тибетская книга мёртвых». В этой необычной книге сказано, что постижение своей Души — это состояние просветления. И йоги-практики порой посвящают этой науке всю жизнь. И не каждый добивается успеха.

В буддизме есть целое направление исследователей, путешественников в запредельное состояние сознания. Их называют «психонавты» и они, как и современные астронавты, покоряют новые миры, мечтая заглянуть как можно дальше за пределы видимого космоса. Только в отличие от астронавтов, эти герои путешествуют вглубь своего сознания, мечтая понять и осмыслить законы жизни и смерти и главное — промежуточного, переходного состояния между смертью и новым рождением.

По сути, эта книга — Бардо Тхёдол, книга «Естественного освобождения», и есть результат таких путешествий. Она была написана в VIII веке Гуру Падмасамбхавой, индийским учителем тибетской тантры, перерожденным вторым Буддой. Это значит, что Душа Будды переродилась снова, в теле Гуру Падмасамбхавой, чтобы подарить людям эти великие знания.

Падмасамбхава — это некто вроде тибетского супермена. Он учитель великих учителей. Он — Тело Проявления будды и способен преподавать учение о промежутке, поскольку сам через него прошёл. Прожив в Индии несколько столетий и совершив много чудес, он отправился в Тибет по приглашению царя Трисонга Децена, чтобы помочь ему, а также индийскому монаху и философу Шантаракшите построить первый монастырь, чтобы укорениться в этой воинственной стране. В Тибете он укротил множество демонов и дал много учений, в том числе по «Естественному освобождению». В конечном итоге он удалился в собственный рай на Земле — на знаменитую Медноцветную гору, которая находится не то в Африке, не то в Аравии. Согласно тибетской мифологии, он до сих пор так там и живет.

Книга очень необычная, порой я перечитываю абзац или целую главу по 2-3 раза, чтобы лучше осмыслить прочитанное.

Сегодня я целый день одна. Родители вместе с Сашей уехали на машине в Питер. Им предстоит долгая дорога. Родители поехали проведать родню, а Саша по рабочим делам. Минимум 10 дней я проведу одна. Мне этого очень не хватало. Тишина. Не только внутренняя, но и внешняя.

Проснулись сегодня все очень рано. Я тоже проснулась, чтобы проводить их. В 5:45 я вышла на улицу и стала ждать рассвета. Дошла до пляжа. Тихо, никого нет.

Любовалась на розовое небо, которое плавным переходом перетекало в такое же розовое море. Первые лучи рассветного солнца почти появились на горизонте, и я успела сделать красивое фото рассвета. Отправила его Саше.

День тянется размеренно и спокойно. Саша пишет мне в дороге, рассказывает какой город сейчас проезжают. А я читаю, рисую на компьютере, смотрю старые советские фильмы.

Остался месяц до того момента, когда закончатся мои 170 дней историй.

Это будет 12 октября. День рождения Сони. Это будет очень непростой день и мне кажется, мы проведём его здесь, в Анапе. Почему-то я никак не могу решиться и поехать домой, в Питер. Может потому, что боюсь возвращаться к тому ночному окну... а может потому, что теперь я каждый вечер хожу смотреть на море, частью которого стала Соня почти 2 месяца назад.

Я хочу успеть нарисовать пару портретов Сони. Для этого я купила несколько холстов, краски, линеры. Сначала я рисую на компьютере в Фотошопе и в Иллюстраторе, а потом буду переносить эти эскизы на холст. Ещё нужно подготовить эскиз и цветовую палитру для мамы. Она будет писать маслом большой Сонин портрет.

Ещё есть идея все фото, видео, рисунки и ее портреты разместить на сайте, который я когда-то давно создала для Сони для ее школьных задач. Теперь это все стало не важно. Но у меня столько хороших памятных моментов, которые могут остаться не только памятью, но и реальным ее отражением.

Я несколько месяцев готовила, собирала, вырезала, клеила и оформляла фотоальбомы. Но они живут у нас, и их можем увидеть только я или Саша. А фото и видео на сайте можно смотреть в любое время и в любом месте.

И ещё я обещала Саше оформить и распечатать все мои 170 историй. Для этого я даже заказала авторскую обложку для моего блокнота. И этот пока ещё пустой блокнот ждёт своего часа, чтобы я наполнила его смыслом.

Вот такие планы на эти дни. Много творчества. Много покоя. Много тишины.

11 сентября 2022

День 139. Мне страшно

Иногда мне бывает страшно. Так резко охватывает холодный ужас от одной только мысли.

Прошло больше полугода, но до сих пор меня сковывает ужас от мысли, что все это правда. Это действительно произошло с нами. Она действительно погибла! Она действительно сделала это!...

А после приходит другая, не менее жуткая мысль. Мне становится страшно, что я не просто оборвала жизнь невинного маленького человека, который любил меня и доверял мне здесь, на Земле. Мне страшно, что эти страдания маленькой души могут продолжаться и в другом измерении.

Когда я читала «Книгу Естественного освобождения», то узнала об одном человеке, который жив и сейчас. Учитель, великий гуру, его зовут Садхгуру. Я посмотрела видео, которое записали его ученики. Я увидела его добрые, мудрые глаза, услышала его голос и поняла, что мне очень этого не хватало. Простой душевной мудрости и теплоты, которая исходит от этого человека. Мне понравилась его простота и чувство юмора. Я прочитала отзывы о его книгах и решила купить их. Книги уже стоят на полке и ждут своего часа. А я продолжила смотреть небольшие видео-отчеты с его семинаров. Пара общих лекций — встреч с Искателями — людьми, приезжающими к нему со всего мира.

А потом я открыла видео, которое называлось «Почему так важен момент смерти?» и Садхгуру рассказал о том, как важно испытывать перед моментом смерти умиротворение, покой, благодарность и принятие своего исхода. И как это опасно, если душа в этот момент перехода напугана и растеряна. Он рассказывал о том, почему это так плохо, если человек умирает неестественной, насильственной смертью.

Наша душа — разумная энергия, заключённая в каркас своего тела — грубого и тонкого тел. В момент смерти грубое тело умирает, но тонкое тело продолжает существовать. И если человек погиб при тяжелых обстоятельствах, то это тонкое тело не успевает исчерпать свою карму, а остаётся в этом состоянии непокоя, остаётся заряженным энергией страха и боли.

И потом, когда душе нужно сделать необходимый переход, она часто не может найти этот выход. А даже если находит, то ей необходимо исчерпать, проработать эту накопленную негативную энергию. И наоборот, если человек, чьи дела на Земле завершены, то он с благодарностью и принятием уходит спокойно из жизни, исчерпав свою энергию кармы, он спокойно умирает. Такая спокойная Душа может родиться снова на Земле в течение очень короткого промежутка времени.

Но если Душа страдала, то ей придётся прорабатывать эту тяжёлую энергию годами и столетиями. Ничто не исчезает и ничто не появляется само собой. Энергия должна быть преобразована. Возможно, такая Душа будет блуждать в поисках ответов, или останется в уединении на очень долгий срок, прежде чем получит шанс к новой реинкарнации. А даже получив ее, ей все равно придётся прорабатывать свою негативную энергию согласно основным законам кармы.

Я посмотрела это короткое видео и мне стало грустно. Неужели это правда?

Мне страшно, что я погубила не только ее жизнь на Земле, но и помешала ее Душе обрести покой там. Ведь все это случилось из-за меня. Она ушла из жизни так быстро, испытывая перед смертью боль и страх. Это последнее, что она помнила и чувствовала. Не любовь и поддержку близких, а страх и стыд. Одиночество. Отчаяние. Что же ее ждёт там, согласно рассказам мудрецов и разным религиозным учениям, если жизнь ее оборвалась так быстро, так не естественно, а Душа испытала такой ужас за секунды до смерти?

А что если то, что говорят о тех, кто выбрал вот так уйти из жизни — это правда?.. Потерянность, обреченность и бесконечные скитания, не способность найти покой. Что если она действительно будет бесконечно переживать все эти страшные вещи и там?

В ту ночь она сидела, опустив голову, не сказав ни слова. Она не плакала, не жаловалась и не о чем не просила. Она тихо искала выход. И решила исправить все, избавив нас от проблем и хлопот вот так, только ей одной понятным, подходящим способом. Нет меня — и нет проблем. Мама больше не будет плакать, папа не будет переживать. И они больше не будут страдать, не будут больше ссориться... Безвыходность. Безысходность. Вот что мы внушили ей в ту ночь. Несколько часов проработки не окрепшего детского сознания и.. нет пути назад...

Разве можно считать этот спонтанный поступок детской души — осознанным выбором? Разве это была ее свободная воля? Этот страшный выбор был навязан чужими страхами. Нашими страхами. Не оттого ли так сильно теперь наше чувство вины? Ведь мы знаем, что этот ее поступок — результат наших страхов и не верных родительских решений. Так должна ли эта невинная, добрая, растерянная, напуганная Душа продолжать страдать и бояться там, где ее Дом? Там, где мир и покой. Там, где нет стыда и страха. А одна только любовь.

Я хочу верить, что религиозные догмы даже самых популярных и уважаемых мудрецов и гуру, включают в себя мудрость, сострадание и прощение. И я хочу верить, что мир добр и справедлив.

И я знаю, что свободная воля одного человека может быть подавлена волей другого. Тем более, если он маленький ребенок, а те другие сильнее, старше и влиятельней. Тем более, если ты любишь их и готов на многое ради них.

И поэтому я не могу и не хочу верить в то, что это был акт проявления свободной воли. Эта воля была подавлена. А Душа была напугана и разочарована. Наверное, поэтому я не осуждаю и понимаю Соню. Наверное, поэтому не считаю, что она ошиблась. Я не могу назвать ее выбор «ошибочным». Чтобы ошибиться, нужно

принять решение и совершить поступок. А тут не было решения. Не было осознанного выбора. Тяжелый туман отчаяния, продиктованный таким же тяжёлым страхом и стыдом двух взрослых, сознательных, разгневанных людей. И это отчаяние мы передали ей.

Она не должна расплачиваться за наши страхи. За наше малодушие и трусость. За лень и не желание помочь, вместо того чтобы требовать без конца и критиковать.

Мы поступили жестоко.

Мы жестоко ошиблись.

Это наша вина.

Это наша ошибка.

Не её.

Может поэтому я каждую ночь молюсь святой Софье и прошу ее позаботиться о душе моей Сони? Может оттого, что мне так страшно? Или оттого, что я чувствую глубокую вину за случившееся.

И ещё я поняла кое-что о моем чувстве вины.

До тех пор, пока я уверена, что это моя вина, я знаю, что она ни в чем не виновата. Значит не она делала выбор, это не ее свободная воля. Выходит, что пока виновата я тут, она не виновата там. Странная логика, но я не могу пока сломить это убеждение внутри себя. Эта «сделка» с самой собой «помогает» мне думать, что Соня не несет ответственности за этот свой выбор. Потому что это был и не выбор вовсе. Это было следствие жестокой ошибки людей, которые несли ответственность за жизнь и здоровье своего ребенка.

Если бы знать, что она в порядке там... всего на одно мгновение заглянуть туда и убедиться, что у нее все хорошо, она в безопасности, не страдает больше... Я очень хочу верить, что хотя бы там она будет свободна и счастлива. Хочу верить в то, что мир справедлив и полон любви и сострадания и не заставит страдать невинного ребенка целую вечность. Я хочу верить, что хотя бы там она обретёт покой. Хотя бы там она будет чувствовать любовь и поддержку любящих ее друзей.

12 сентября 2022

День 140. Чувство вины и перфекционизм

Гордыня.

Это мой самый сложный, самый тяжелый порок. Я замечала в себе гордыню каждый раз, когда судила людей. Просто так, потому что я могу. Потому что умею

видеть в людях их слабости и недостатки. Или потому, что я в чем-то лучше. Жестоко и безоговорочно я давала оценки их поступкам, достижениям, жизненным приоритетам, принципам и даже мечтам.

Близким доставалось чаще и больше. Но критикуя, я продолжала верить, что старалась для них — «я же хотела как лучше!».

В мою картину мира не укладывался тот факт, что мое представление о «лучшем» может быть бессмысленным, не интересным, сложным, не достижимым и откровенно жестоким выбором для другого человека. Моим выбором. Но не его. Но наработанный годами на регулярном поиске чужих ошибок и недостатков тяжелый авторитет и острый язык, как асфальтоукладочный каток давил чужую волю. «Я знаю как лучше!», потому что «Я — лучше!» Так я судила близких и родных, судила посторонних.

Выше, сильнее, быстрее!

Раньше я думала, что у жизни высокая цель. И высокие достижения — это и есть смысл жизни. И ради этой цели нужно очень постараться. Учиться, трудиться, добиваться. Я долго верила в это. И навязывала этот «смысл» всем вокруг.

Ты должна стараться! Нужно много учиться! Много трудиться! И тогда Ты сможешь! Ты станешь сильнее! Ты станешь полезнее! Может даже однажды о тебе скажут: «Она — особенная!» или «Она — незаменимая!»

Я судила и в перерывах старалась сама. Достигать. Соответствовать. Но сделало ли это меня счастливей?

Стала ли я счастливее от овладения новым навыком, или от успешной реализации новой задачи? Может быть, но очень недолго. Минута. Час. День. А что потом? И разве это были минуты счастья? Удовлетворения — да, возможно. Счастья? Вряд ли... Так, лишь на время страх быть не нужной, или быть неудачницей затихал. А что потом? Снова пустота, которая ищет, чем заполниться и снова страх быть никчемной, бесполезной неумехой.

Перфекционизм — это тоже своего рода гордыня.

Постоянное и жадное желание сравнить себя с кем-то и с удовольствием отметить, что ты лучше. Или, наоборот, ревностно отвернуться от «обидчика», при мысли, что ты проигрываешь в этом соперничестве. Причём и «обидчик» и соревнования «кто лучше?» только в твоей голове.

Счастливы ли те, кто называет себя амбициозными карьеристами, как сейчас модно говорить, «достигателями»? Часто нет... по крайней мере, я таких не встречала... Как оказывается, счастливы самые простые, добрые люди.

Почему они умеют радоваться? Откуда они знают, как быть счастливыми? Добрые люди щедры. И потому умеют радоваться чужому счастью, не пытаются присвоить чужое, в том числе и чужие заслуги, не нуждаются в лишней похвале. Они духовно щедры и поэтому не испытывает потребности сравнивать себя с кем-то и тем более не чувствуют печаль от того, что это сравнение не в их пользу.

Противоположность гордыне — смирение. Естественная гордость — это радость, разделенная с другими, перфекционизм же питает глубокое чувство несоответствия.

Тяжёлая вина — тоже гордыня. Система, которую ты замыкаешь только на себе. «Я принял великое, судьбоносное решение, и не одно! Я знаю как лучше. Я знаю как нужно. Я решил за всех. Я принял обязательства. Я совершил все эти действия. Но я ошибся. Не простительная ошибка. Я виноват во всем. Потому что я создаю все вокруг. И я контролирую все вокруг. Даже Бог не может управлять волей других. А я могу! И я просчитался в своём грандиозном плане по управлению всем живым вокруг!» Вот так проявляется перфекционизм — злой товарищ гордыни и вины. Нужно было сделать либо идеально, либо никак!

Звучит все это до смешного глупо, но так оно и происходит. Масштаб иллюзий и эгоизма зашкаливает. Великая и ужасная Гордыня.

В буддизме есть понятие пяти стадий бытия, каждой из которых соответствует свой яд. Пять ядов, пять главных пороков, которые могут отравить душу человека, «спящего» в своих иллюзиях, страхах и страданиях.

И один из этих ядов — Гордыня.

Что же делать?.. Нужно отказаться от пороков? Избавиться от яда? Нет, буддизм принимает эти яды как нечто важное, как нечто необходимое душе. Ведь во всем есть совершенный баланс. Если стремиться к нему, если верить и быть терпеливым в своих поисках и стараниях достичь его.

Буддисты верят, что каждый из этих ядов может превратиться в Великую Мудрость, которая ему соответствует. Яд превратится в Мудрость, если ты при-мешь его. Не откажешься от него, но осознаёшь, что он нужен для того, чтобы увидеть в нем Мудрость. Ведь мы бы не знали, как выглядит свет, если бы не увидели тьму. Не осознали бы что такое сострадание, если бы не узнали гнева. Не овладели бы знанием, если бы не знали неведения.

Великая Мудрость, которая стоит за Гордыней — Мудрость Равности.

Эта Мудрость живет в негорделивых людях. Они знают об этом не из книг, они знают сердцем.

Равностность — это смирение. Осознание, что все есть равное, равноценное.

Равностность — это скромность и принятие.

Это осознание того, что ты — просто человек. В чем-то слабый, в чем-то сильный.

Но ты — человек. А человеку свойственно ошибаться.

Если бы это было не так, то мы были бы Богами. И нам не нужно было бы возвращаться на Землю снова и снова.

Я по привычке самоуверенно хочу быть всемогущей и безупречной, как Бог. Но снова и снова, раз за разом, падаю. Потому что я не Бог, я просто человек. И я ошибаюсь.

Равностность — это принятие чужой воли. Осознание того, что чужая воля — так же важна, как и твоя. И нельзя судить о том, верный ли выбор делает человек или нет. Принимать с уважением чужую волю — это равностность.

Теперь, когда я знаю истоки своего перфекционизма, соперничества и чувства вины, может быть у меня получится «договориться» с моей Гордыней и я смогу встретить ее по первым ее шагам? Я не могу ее прогнать. Не могу сделать вид, что ее нет. Но зато теперь я смогу ее узнать. Заметить ее. Принять. А потом наблюдать, что будет дальше.

Если даже опоздаю и услышу себя, громогласно возвещающую как нужно жить какому-то мимо проходящему прохожему, все равно хоть и поздно, но я ее увижу. Может даже увижу ее, когда праведный гнев «Да как же так можно?» уже отыграет своё. Лучше поздно, но увидеть.

И тогда я вспомню о том, что у моей Гордыни есть цель. Есть скрытая потребность, жгучее желание видеть во всем лучший вариант. Для себя или для кого-то другого. Это просто вариант. И я могу об этом подумать. А потом я вспомню, что у моей Гордыни есть добрая сестра — Равностность. И может быть я вспомню, что любой другой вариант для этого человека тоже будет не плох. А может даже он будет лучше, хотя бы потому, что это будет вариант, который выбрал он сам.

Будущее не определено. Даже в мире Душ. Именно потому, что существует свободная воля. Все события в жизни создаются волей людей. Свободная воля имеет и обратную сторону, в том числе право на ошибки — ведь именно так мы учимся. И мы здесь, на Земле, совершаем свои ошибки, да и не раз. Чтобы делать свой выбор снова и снова, выбирать, делать то, что должно, ошибаться, признать, что ошиблись, и пытаться снова.

13 сентября 2022

День 141. Останется только любовь

Я живая. Мне больно.

Но сегодня я подумала, что хуже, чем боль, может быть только безразличие. Ровная пустота. Когда нет ничего. Ни боли, ни радости, ни страхов, ни надежды. Я не хочу так. Много жизней подряд я пыталась преодолеть этот урок. И много жизней не могла его пройти.

Я помню себя очень давно, с очень раннего возраста, когда мне было 3 или 4 года. Я очень остро воспринимала все, что происходит со мной. Я осознавала свои страхи, запоминала чужую мудрость, забирала все это себе. И ещё, как будто «вспоминала». Моменты, места, людей. Каждая мелочь не была лишней. Каждая встреча, каждое событие, все имело смысл. Сейчас я это ясно вижу. Я готовилась к этой жизни. И я знала, что она будет не простой.

И выбор моей души моих родителей был не случайным. Родиться и жить так, не понимая, что такое любовь, чтобы потом иметь возможность узнать ее. Чтобы увидеть разницу. Чтобы оценить этот бесценный дар.

Я так хотела наконец сделать это.

Я хотела попробовать снова. В этой жизни, где мне было дано так много. Я хотела справиться с гордыней, хотела очнуться от страха потери и неудачи, хотела обрести настоящую веру. В себя, в людей. В настоящую любовь.

И я получила ее. Любовь. Но я не узнала ее и не поверила. По крайней мере, не сразу. Сейчас как будто заново учусь верить. Может быть, я только теперь просыпаюсь?

Соня пришла ко мне, к нам с Сашей, чтобы мы смогли проснуться.

Чтобы мы получили этот шанс. Она верила, что у нас получится и мы справимся! Но чтобы хоть что-то получилось, чтобы хоть что-то изменилось в нас, мы должны были остановиться. Мы жили так, как будто шли в обратную сторону от своего пункта назначения, все больше поддаваясь слабостям, страхам, малодушию. И вот теперь у нас просто нет выбора. Нам пришлось остановиться. И теперь приходится осознать себя там, где мы есть сейчас. Растерянные, печальные, несчастные люди, совершившие не мало ошибок на своем пути. Но теперь, когда мы остановились мы можем оглядеться вокруг, прислушаться к себе и учиться заново.

Через печаль и боль утраты. Через отчаяние.

Это сложный способ, очень болезненный. Но вероятно, для нас он очень эффективный и к сожалению, единственно теперь возможный, ведь много жизней до этого нам не удавалось...

Она выполнила свой контракт. Теперь дело за нами.

Я должна пережить утрату, чтобы прочувствовать отчаяние. Я сама выбрала пройти через отчаяние: мне нужно это, чтобы очнуться.

Я ошиблась, это правда. Я знаю это. Но я так же знаю, что очень любила ее, а она очень любила меня.

Я должна принять свое глубокое чувство вины и осознать, что любовь все равно сильнее.

Сегодня я решила пойти в зал. Теперь мне даже очень простые движения даются с трудом. Но у меня стало лучше получаться. И тренировка шла хорошо. Я не думала ни о чем, а была сосредоточена на правильном выполнении упражнения.

И тут я услышала:

«Печаль однажды пройдет, и останется только моя любовь к тебе»

Я сразу заплакала. Не потому, что мне было грустно, а потому что я услышала ее, и я была так рада и благодарна ей за эти слова!

Если бы она не верила в нас, она бы не согласилась на этот контракт.

Соня решила помочь нам с Сашей. И каждый из нас получил шанс в этой, нашей настоящей жизни пройти свой урок. Через боль потери, через печаль. Через трудный путь укрепления веры в безусловную любовь.

Но она верит в нас. И мы не должны подвести ее!

Да, когда любишь, бывает больно. И это нормально. Потому что хуже, чем боль может быть только пустота и безразличие.

14 сентября 2022

День 142. Чего я хочу?

Чего я хочу на самом деле?

Раньше я бы быстро и четко дала развёрнутый ответ на этот вопрос. А сейчас мне трудно разделять сознательное и подсознательное. Материальных желаний уже не осталось. И теперь я даже не могу понять, чего же я хочу.

Каждый день я иду к морю, провожать солнце. Посидеть на берегу, послушать волны, полюбоваться на закат. И пока я иду на пляж, навстречу идёт столько разных людей. Но вижу я только детей... девочек 6-11 лет. Светлые волосы, серого-голубые глазки, веселый смех. Я люблюсь ими как маленькими ангелами.

Хотела бы я, чтобы у меня появился такой ангел?.. Да, очень бы хотела. Но что-то внутри меня знает, что это не моя судьба. Точнее... не наша с Сашей судьба... И потом, я уже ждала этого какое-то время, но каждый раз ожидания не были оправданы.

Когда я забеременела 12 лет назад, это произошло сразу, да ещё и тогда, когда это было физически маловероятно. А теперь... теперь даже желая этого и попытавшись пару раз, этого не произошло.

Услышав от Саши пару месяцев назад фразу «Надеюсь, ты не залетела» мне стало очень горько. Оттого, что теперь я бракованная, что теперь я и не женщина вовсе. И я бесполезная и пустая внутри. И меня так огорчило то, как меня видит Саша и это очень обидно.

Потом мы почти поссорились. Я видела, что Саша злится на меня и я его спросила почему. И он ответил, что злится на меня потому, что я зря надеюсь. Он был уверен, что эта пустая надежда меня погубит. Я буду надеяться и все зря. И от этого могу впасть в ещё большее уныние.

А спустя время, он спросил меня: «Ты хотела бы ребёнка?».

Но этот вопрос был задан не оттого, что он сам хотел предложить снова попытаться стать родителями. А для того, чтобы убедиться, что мы с ним на одном уровне. Страха, боли, неверия, отчаяния. Он не хотел детей, и я это ясно поняла. И я сказала ему правду. Сказала, что где-то глубоко внутри я бы хотела этого. Но во мне много страха. Я боюсь, что буду тщетно пытаться и не смогу забеременеть, боюсь, что эта пустая надежда в итоге измотает меня и доведёт до отчаяния. Боюсь, что даже если получится забеременеть, то не смогу выносить ребёнка и случится выкидыш. А даже если получится выносить, то я рожу больного ребёнка или инвалида. Саша слушал и кивал. Думаю, говоря все это, я «угадала» его настроение. И он ответил, что думает точно так же.

Но я хотела бы ребёнка. Потому что теперь я знаю, что ребёнок — это благословение. Это чудо. Это значит, что какая-то новая душа захотела выбрать нас как своих

родителей. И значит мы можем помочь друг другу. И значит у нас есть шанс исполнить свое предназначение и возможно, снова быть счастливыми.

Каждый вечер я молюсь святой Софье, прошу у неё помощи. Я прошу святую Софию позаботиться о душе моей Сони. Прошу ее присматривать за моей девочкой. Прошу освободить ее душу от боли, страха и вины. Рассказываю о том, какая добрая, светлая и чистая у неё душа, как она умеет любить. Потом я обычно не могу сдерживать слёзы и вспоминаю о том, как терпеливо она прожила эти 11 лет и 4 месяца. Рассказываю, как ей было не легко и как я виновата перед ней. Каждый раз моя молитва заканчивается тем, что я прошу Справедливого суда и Искупления. Чувство стыда и вины заставляет думать, что я заслуживаю наказания. Я не прошу освободить меня от чувства вины. Это было бы слишком... гуманно... а я не заслужила избавления от этой душевной боли.

Мне больно. Но так и должно быть. В конце своей молитвы я неизменно прошу о скорой встрече с Соней. Представляю, как было бы радостно встретить ее и снова увидеть ее светлые глазки и услышать ее смех, почувствовать тепло ее объятий. Пусть даже для этого нужно умереть.

Если бы я могла встретиться с ней. О чем бы я спросила у неё?

Спросила бы как она живет в том мире?

Спросила бы о том, почему она совершила этот страшный шаг?

Сказала бы ей что очень ее люблю и понимаю. Не осуждаю ее и знаю, что она никому не хотела причинять боли.

Попросила бы у неё прощения за те ужасные слова, что я говорила ей, за то, как не поддержала ее в трудную минуту, за бесконечную критику... много бы за что я попросила у неё прощение. Может быть она бы простила меня?...

Если все же попытаться ответить на этот вопрос. Чего я хочу?

Чуда или благословения?

Справедливого суда или Искупления?

Болезни или Смерти?

Встречи или Беседы с Соней?

Каждый из этих вариантов противоречит другому. Но при этом я понимаю, что буду рада принять любой из них. Почему же так? Любой из них - был бы знаком для меня. Либо благословение, либо наказание. В этом не безразличие, в этом принятие. Доверие миру, Творцу, Предназначению. Нельзя мне забывать об этом.

Вот об этом я прошу святых и Наставников каждый вечер. Всегда благодарю за любовь и поддержку любимых родных людей. За терпение и мудрость, которая

иногда просто озаряет мое сознание. Особенно, когда я этого меньше всего ожидаю. За силу, которая, вдруг появляется и я начинаю верить, что смогу справиться. И я решила сочинить свою молитву святой Софье. Я всегда читаю православную молитву, чтобы обратиться к святой. А потом, после этого я ведь могу сказать ей и свои слова и по-своему попросить о помощи и поблагодарить тоже по-своему.

15 сентября 2022

День 143. Моя молитва и Благодарность

Вчера я услышала: «Печаль пройдет и останется только моя любовь к тебе». И я поняла, что ее любовь ко мне, а моя к ней, наша любовь должна быть сильнее чувства вины. Сильнее гордыни.

Теперь, когда я стараюсь смотреть на своё чувство вины — как на проявление скрытой гордыни, я решила написать от всего сердца свою молитву-обращение к святой.

“Святая Софья!

Прекрасная и великодушная, ты заботишься о невинных, исцеляешь несчастных. Прошу тебя, обрати свой взор на мою доченьку, Соню!

Помоги её светлой и чистой душе найти путь к радости и покою. Избавь ее от сомнений в своей силе и мудрости, освободи ее душу от страха и боли. Прими ее искренность, невинность и доброту. Помоги принять великую любовь Творца.

Соня делала счастливыми всех нас, подарила нам столько любви и радости. Мы не смогли ей помочь и поддержать ее, когда она так нуждалась в этом.

Она научила нас любить и радоваться простым вещам. Она была очень терпеливой, доброй и любящей девочкой. Она никогда не жаловалась, никогда ни о чем не просила, никогда не говорила ни о ком плохо. Она была настоящим ангелом, которому было слишком трудно жить на Земле. Ее душа испытала так много на Земле этой короткой, но такой хорошей жизни.

А теперь наконец она вернулась домой.

Она заслужила обрести покой и радость. Теперь, когда она дома, где больше нет одиночества и печали, пусть она будет любима, пусть будет счастлива среди своих друзей. Я надеюсь, она будет ждать нас там, и надеюсь, однажды она простит нас за наши ошибки, за нашу злость и страх.

А мы всегда будем любить ее и всегда будем ей благодарны за то счастье, которое она подарила нам своей жизнью и за ту жертву, которую ей пришлось принести, чтобы помочь нам пройти свои самые сложные и трудные уроки души.

Благодарю тебя, святая Софья, за те моменты озарения, когда я слышу ее слова, которые она передаёт мне иногда.

Благодарю за поддержку и любовь, которую чувствую от неё каждый день.

Благодарю за силу и мудрость, которые укрепляют мою веру, когда уже почти теряю надежду.

Благодарю за большую любовь, которая спасает нас с Сашей от отчаяния и уныния.

Благодарю за то, что мы и все наши родные живы и здоровы.

Благодарю за настоящих друзей, которые любят нас и помогают нам во всем.

Благодарю за то, что у нас есть надежда. За то, что мы не сдаёмся. За то, что мы вместе. И за то, что Соня всегда с нами. А мы всегда с ней.

В этой жизни и в следующих.»

16 сентября 2022

День 144. Родители

Много лет подряд меня сковывали обида и осуждение.

Обида на моих родителей за их неспособность дать любовь своему ребёнку. Осуждение за их страхи и лень, за неспособность сделать выбор между безопасным комфортом и своим настоящим предназначением. Я осуждала их за слабость духа и не желание отстаивать этот выбор и следовать ему до самого конца.

Когда Сони не стало, это чувство стало превращаться во что-то новое, стало обрастать новыми суждениями. Наверное, это осуждение в какой-то момент даже окрепло, потому что я замечала свою злость, глядя, как они пытаются сохранять иллюзию, что все нормально. Якобы возможно все вернуть на свои места и жить так, как жили раньше. Но я так же понимала, что им тоже больно, они тоже растеряны. И они не понимают, как справиться с этим. Сострадание к ним появилось само собой. Наверное, не все ещё было для меня потеряно.

Ещё большую злость вызывала во мне Сашина семья. Мне казалось, что их попытка не замечать и не признавать случившегося — это трусливо до жестоко-

сти. Как если бы человек стоял и смотрел на то, как мучают или убивают невиновного, но он бы делал вид, что ослеп.

И такой их странный выбор поведения не был обусловлен тяжелыми жизненными обстоятельствами, неизлечимой болезнью, инвалидностью, смертью твоего собственного ребёнка или любимого. Я понимала, как трудно может быть Родителям, потерявшим своего единственного ребёнка. Но я не могла найти оправдания для этой преступной трусости, малодушия и эгоизма: «Ничего не происходит. Ничего не случилось. Я не хочу знать. Не хочу видеть. Не хочу слышать.» Эта трусость, слабость, лень и малодушное неведение — все это вызывало не просто осуждение, а омерзение, брезгливое неприятие. Как если бы я увидела алкоголика, наркомана или опустившегося человека.

Неведение.

Не желание видеть и слышать. Вот почему меня всегда раздражали люди, не способные к критическому мышлению. Не способные признать свои страхи, лень, свои слабости и ошибки и потому не способные что-то изменить. У человека в неведении нет шансов. И поэтому такие люди чаще всего говорят и себе и тебе: «Люди не меняются!» это правда. Это их правда, нарабатанная годами и их жизненным опытом.

Оказывается, в буддийской культуре «Неведение» — тоже яд. И если поддаться этому яду, то никогда не познаешь Мудрость. А может быть, моя злость и обида сейчас — это злость на саму себя за то, что так раздражает и злит меня в моих или Сашиных родителях?

Мои родители многому научили меня. Их слабость напоминала мне о силе. Я училась искать любовь и заботу внутри себя. Конечно, можно просить, ждать или требовать, чтобы наши нужды удовлетворил кто-то другой, но гораздо проще самому обеспечить себя всем необходимым. Так я училась быть сильной.

Однажды я прочитала в одной хорошей книге: «Только сильная и любящая душа способна нести свет, когда вокруг крошечная тьма.» Моим светом в те времена была моя бабушка. Она не давала мне забыть о том, что бывает иначе, совсем по-другому. Бывает тёплая забота, искренняя радость, вера в лучшее, что есть в человеке, сила и уверенность в своих правильных поступках, скромность и достоинство в делах.

Я часто вспоминаю свою бабушку, и теперь вот Соню. Они были так похожи. И это ощущение смирения и мудрости, которое исходило от них я помню очень хорошо. Бывают такие особенные люди, рядом с которыми всегда тепло и спокойно.

Так много учителей вокруг, так много любящих людей вокруг. Мои родители — тоже мои учителя в этой жизни. Они учили меня искать любовь в себе. Учили

делать свой выбор. Учили силе и уверенности. Часто учили не осознанно, не своим положительным примером или добрым словом. Иногда обучение происходит от обратного.

И Соня. Она показала мне, что такое любовь и как это, когда тебя любят по-настоящему, просто так. Она показала, что настоящая любовь — не имеет условий и ограничений.

И теперь, не смотря на все увещания «знающих» людей о том, что мир и люди не меняются, я все же хочу попытаться. Да, я производная своих родителей, я — совокупность генетики, мировоззрения, привычек и кармических уроков своего рода. Я не могу это изменить или отказаться от этого. Но я уверена, что я могу делать другой выбор. Я могу решать какой мне быть и как поступить в каждый момент своей жизни. Да, я останусь жёсткой, критичной, принципиальной, вспыльчивой. Этого я не могу изменить. Но этого и не потребуется. Не нужно ничего исключать в себе. Нужно только добавить. К гневу добавить смирения. К жестокости добавить сострадания. К критичности добавить принятия. Учиться быть сильной, честной, открытой, терпеливой, проживая свою печаль. Пока у меня было все для счастья, я не умела ценить этого и не понимала его настоящей ценности. Теперь у меня просто нет другого выхода.

Моя обида теперь может мешать мне идти дальше. В ней больше нет смысла. Теперь я учусь принятию через свою печаль потери.

Раньше я пыталась изменить своих родителей, пока не поняла, что это невозможно. Жить становится гораздо проще, если принять своих родителей такими, какие они есть. Стоит задуматься о том, чему они учат нас своей жизнью, своим таким неидеальным примером.

Мы учимся на их любви или нелюбви, на их заботе и ласке или ужасных поступках. И что именно мы вынесем из семьи — зависит только от нас.

17 сентября 2022

День 145. Страна Советов

Моя мама иногда работает мажордомом на добровольных началах и ключ от соседней квартиры всегда лежит у неё. Хозяйка соседней квартиры, Полина, живет очень далеко, кажется, аж на Камчатке и редко появляется здесь. А когда соседка приглашает в гости друзей и родных, то просит мою маму передать ключи новым

жильцам. Я не очень одобряла эту инициативу, но что ж делать. А тут Мама уехала в Питер, и я пока живу одна. Кроме меня передать эстафету было некому.

Я открываю дверь, чтобы, как и договорились, передать ключи от соседской квартиры.

— Здравствуйте!

Первое что я вижу — лучезарную женскую улыбку. Я вижу пожилую пару — вероятно муж и жена. Необычно для меня то, как хорошо и свежо они оба выглядят, хотя уже поздний вечер и дорога скорей всего была не близкой.

— Здравствуйте... — протягиваю ключи и замечаю, что не осознанно тоже начинаю улыбаться им.

Очень хорошо и стильно одетая женщина, с приятным лицом, доброжелательной улыбкой. Довольно молодо выглядит для своего возраста.

Я сначала даже подумала, что эти двое — иностранцы. Но дальше женщина начинает так быстро говорить, что я понимаю, нет, они русские:

— Вы же нам все покажите?

Меня ещё больше смущает это вопрос. Показать? Что показать?..

... Эээ.. а что я могу показать Вам? — на секунду я предполагаю, что женщина приняла меня за зрителя квартиры и она ожидает от меня, что я сейчас пойду показывать этим туристам их апартаменты?..

— Понимаете, как только Поля купила эту квартиру, мы тут ещё ни разу не были.

— А вы родители Полины?

— Нет, мы родственники ее родителей. Папа у Полины, к сожалению, недавно умер...

— Мне очень жаль...

— Да, что ж делать... такое горе... вы покажите нам, ну... где тут магазин, где пляж?.. — увидев мое замешательство, она добавляет, — Сейчас уже поздно, может завтра?

— А... да... конечно. Я покажу... — я мысленно выдохнула...

— Вы во сколько просыпаетесь?

— Часов в 10 уже встану

— Хорошо, тогда до завтра! И спасибо! — теперь уже улыбались они оба

— До завтра! Хорошо Вам отдохнуть!

Я закрыла дверь и удивилась сама себе.

Обычно я, такая угрюмая с посторонними людьми, точно не вызвалась бы что-то кому-то показывать по собственной инициативе. Эта нестандартная ситуация напомнила мне смешной момент из моего любимого сериала «Клиника».

Там был такой персонаж — Боб Келсо — главный врач клиники. Его все терпеть не могли, потому что он принимал неудобные сложные решения и часто откровенно плевал на чужие чувства, чужие нужды и ожидания. Он мог выкинуть больного пациента только потому, что у того не было страхового полиса на лечение.

И вот однажды, к ним в клинику поступил один парень. И никто не мог понять, что с ним. Но вот что было странно. Каждого, кто заходил к этому пациенту в палату ждала одна и та же участь. Врач или медсестра заходили, увлечённые своими делами, не планируя посвящать этому пациенту ни минуты лишнего времени. Они планировали по привычке быстро пробежаться по данным его медицинской карты и дальше бежать по своим делам. Но вместо этого всегда происходил один и тот же диалог:

— Так, что там у вас? — очередной врач без особого интереса смотрит в медицинскую карту и не обращает никакого внимания на пациента.

— Я не знаю, врачи тоже не знают. Доктор, что со мной?

— Мистер ... как вас там? — снова заглядывая в карту...

— Пожалуйста, зовите меня Джо! — произносит пациент, лучезарно улыбаясь врачу.

И тут уж врач расплывался в улыбке, кто бы он ни был, даже такой эгоистичный и заикленный на себе персонаж, как доктор Кокс.

— Не беспокойтесь, мы выясним что с вами!

И дальше происходило невероятное — врач забывал про все свои предыдущие дела и хлопоты, бежал в ординаторскую, собирал вокруг себя все медицинские справочники и искал правильный ответ, чтобы наконец поставить точный диагноз Джо.

И когда главный врач, доктор Боб Келсо, как его звали все в клинике, «Исчадие Ада», увидел это импровизированный консилиум из врачей и медсестёр, нацеленных на излечение этого пациента без страховки, он взбесился и устремился напрямиком в палату к этому Джо, чтобы как обычно вышвырнуть наглого «зайца». Но что же случилось с суровым и беспринципным Бобом, как только он вошёл в палату? Тоже самое что с любым другим врачом. И вот уже Боб Келсо расплывается в улыбке, глядя на Джо, а затем усаживается за стол в ординаторской со словами: «Мы должны выяснить, что с этим пареньком!»

Вот и я в тот момент, закрывая дверь, чувствовала себя как Боб Келсо, который вдруг сам не понимая как, совершил хороший, не свойственный ему поступок.

На следующий день, часов в 11 утра я услышала звонок в дверь. Это была соседка.

Так я познакомилась с Камиллой, женщиной, лет 60. Очень доброжелательной, очень активной и жизнерадостной.

Она рассказала мне всю свою жизнь. Она рассказывала и о радостных и грустных событиях своей жизни. И когда она стала рассказывать о том, как тяжело семья Полины пережила смерть отца семейства, я снова посочувствовала ей. И сказала ей, что у нас в семье тоже горе, у нас погибла дочка.

— Ой, какой ужас... а сколько ей было?

— 11 лет...

Она сочувственно посмотрела на меня...

Уже уходя, она заметила гитару, которую привёз Саша.

— Ой, как здорово! Вы играете на гитаре?

— Нет, это муж играет... раньше дочка играла и вот теперь муж тоже решил научиться.

— Как хорошо! А.. простите, что случилось с дочкой?

Я поняла, что не стану выдумывать и врать. И я, глядя ей прямо в глаза, ответила:

— Она убила себя.

— Что?.. как это?..

— Она выпрыгнула с 11 этажа.

— О, Боже, какой кошмар! Несчастливая любовь?

— Нет... есть такие сообщества... и она была там...

— Ах, да! Я слышала об этом! Какой кошмар! Я вам очень сочувствую...

— Да, спасибо...

Я закрыла дверь и подумала: «Почему я ей рассказала? Уж не от великого же доверия?..» позже я поняла, что не смогла принять такую для меня чрезмерную ее весёлость и «оптимизм». Да, я очень ценю людей, которые умеют радоваться жизни, но твоя радость остаётся настоящей только до тех пор, пока она не забирает чужую радость. А иначе это простой эгоизм в красивой обертке.

Вероятно, это был мой первый интуитивный, неосознанный шаг к тому, чтобы избавиться от общества этой на удивление оптимистичной женщины. Ее жизненные истории и мотивы, которыми она руководствовалась, скорей походили на желание получить как можно больше радостей от жизни. Но эти подарки часто стоили другим их желаний, идеалов и принципов.

Разве можно считать чистой радостью твое удовольствие от встреч с женщиной, если эти отношения тайные и тем самым они представляют твоего мужа в такой странной, недостойной роли? Или разве можно радоваться покупке, которая была сделана тайно и не совсем за свой счёт? И все эти истории как-то странно отзывались недоверием и недопониманием. Я ещё не успела осудить ее осознанно. Ведь эта женщина была так весела и лучезарна. «Бери от жизни все!» — с таким вот девизом она живет по жизни. Плохо ли это? Не знаю.

Я закрыла за ней дверь и вдруг отметила, что я очень устала... Мне напомнила эта женщина одну мою знакомую, Лену. Очень жизнерадостную девушку, которая больше всего любила говорить о себе и большую часть времени искала способы

получить от жизни побольше позитива. Но как только дело доходило до необходимости приложить усилия, быть терпеливой и вдумчивой, как ее инициатива тут же испарялась. «Стрекозы» из басни Крылова... и возраст тут значения не имеет...

Я имела неосторожность сказать, что каждый вечер я хожу на море, смотреть закат. Где-то глубоко внутри я все же надеялась, что отпугнула эту чрезмерно активную женщину правдой, и она не решится идти со мной ни на пляж, ни куда-либо ещё. Но я ошиблась...

Дело было к вечеру, до заката оставалось 15-20 минут, ровно столько чтобы спокойно дойти до пляжа и успеть увидеть красивый закат.

Я уже торопилась, нужно было поскорее выходить из дома, иначе можно было пропустить самое интересное. И тут я вижу сообщение от Камиллы «Мы идём смотреть закат?» Я ответила, что уже выхожу, закрывая дверь на ключ.

Из-за соседней двери я услышала звуки женского голоса и какой-то шум: Камилла торопилась выйти из дома. Я позвонила в дверь. «Открыто!» — услышала я из-за двери. Я потянула дверь на себя. Заперто. Камилла открыла дверь и стояла вся взъерошенная. Она бегала по квартире и искала то телефон, то зарядку, то сумку, то кофту. Она периодически обиженно обращалась к мужу, который, почему-то не знал где лежат ее вещи. «Опоздаем...» — подумала я...

В итоге мы все же вышли из дома. Я торопилась. Камилла еле попевала за мной. И в итоге мы успели!

Море было прекрасным! Как на картинах Айвазовского — прекрасные большие волны ударились друг о друга и о берег. Такое красивое море. Вода синяя, прозрачная. А солнце — кроваво-красное, уже стремилось к горизонту. Я смотрела на этот мой любимый пейзаж, не отрывая взгляд, не отвлекаясь ни на что. Камилла что-то щебетала рядом.

— Ну ка, давай я тебя щёлкну!

— Что?..

— Ну, сфотографирую тебя на фоне моря!

— А, нет... я не люблю...

— Как это?..

— Ну так... не люблю фотографироваться. Я сделаю фото заката для мужа. Я каждый день хожу смотреть закат и делаю фото заката для него.

— Ну тогда меня щёлкни!

И я поняла, что Камилле плевать на мое желание сделать фото моря. Ей совершенно необходимо получить фото себя прекрасной на память.

Я сделала несколько снимков и вернулась к своей изначальной задаче — фото моря и заката. Камилла посмотрела сделанные мной фото и выдала:

— Давай ещё!

И мне пришлось снова фотографировать ее. В итоге, солнце село, но я все же успела запечатлеть один прекрасный момент закатного солнца.

Ветер был очень сильный. Мне хотелось домой. Но Камилле было совершенно необходимо обработать выбранные фото, а потом отправить их всем своим знакомым.

Кое-как мы все же вышли с пляжа. На мне был очень тёплый костюм, чего не скажешь о Камилле. Но она все говорила, что ветер хоть и сильный, но очень тёплый. Мы шли ооочень медленно. Камилла весело переписывалась с кем-то, а я поняла, что пора спасаться...

— Да... море — это конечно хорошо, но жить тут нельзя! — уверенно заключила Камилла.

— Почему? — я искренне удивилась такому замечанию.

— Ну как.. Медицины тут нет вообще! Вот так заболеешь и все, только помирать!

— Не знаю...

— Так! А тут что? — она указала на вывеску местного фитнес-клуба и салона красоты.

— Салон красоты, кажется...

— Так, и почему тут маникюр, педикюр?

— А я не знаю...

— Как это не знаешь? Молодая девушка и не ходишь на маникюр и педикюр?!

— Нет...

— Нуууу... это распущенность!

— Почему... это сейчас так... раньше ходила... — я растерялась от такого умозаключения...

— Надо ходить!

— Пока не могу.

— Да почему?! Не могу понять я!

— Сейчас это для меня не важно.

— Ерунда! Нужно жить дальше!

— Пока так... — Я уже искала предлог поскорее уйти домой.

— А я говорю нужно! Нужно все забыть и жить дальше!

— Как это забыть?..

— Ну вот так! Взять и забыть!

— Как можно забыть о смерти... своего ребёнка?.. — все больше поражалась, то ли ее простоте, то ли глупости, то ли бесчувственности и бездушию...

— А вот так! Надо помнить только хорошее!

— А я и помню только хорошее...

— Вот! И забыть все что было!

— А я не хочу забывать. — этот разговор стал меня порядком напрягать. Я подумала, ещё немного и я скажу ей все что думаю о ее жизненных принципах... слава Богу мы уже подошли к продовольственному магазину, в который она как раз планировала зайти за хлебом.

— Вот, это очень плохо, что ты не хочешь забывать!

Когда мы поравнялись с магазином, я сказала с облегчением:

— А вот и магазин...

А она вдруг скомандовала:

— Пошли!

— Нет, я не могу... Мне нужно ещё поработать, я тороплюсь, извините...

— А... ну ладно, тогда до встречи! Приглашай меня на кофе!

— Да... конечно... до свидания... — и я поскорее поспешила уйти, избавив себя наконец от этой чужой бестактной житейской мудрости.

На следующий день Камилла позвонила мне. Я в этот момент была в тренажерном зале. Я взяла трубку и услышала ее приглушённый голос:

— Оля, здравствуй, это Камилла. У меня тут температура поднялась, 38,3... ты не знаешь, как тут врача вызывать?

— Нет... Никогда не вызывала тут врача. Наверное, 112 нужно звонить...

— А.. ну ладно...

— Вам может каких-нибудь лекарств принести?

— Да я и не знаю каких. Мы в Казани у себя всегда врача вызываем. Ладно, попробую вызвать врача...

Вот так Камилла по странной иронии столкнулась со своим же убеждением, что в Анапе нет медицины. Я все думала о том, как я ошиблась в своём первом впечатлении о ней. И как изменилось оно всего за пару часов...

И потом я поняла, что эта соседка со своими «советами» показала мне как это — получить «добрый» совет, который не к месту.

Возможно, этот ее совет будет, кстати, через год или пять лет, но сейчас он звучит как издевка, как бесчувственное невежество и эгоизм. Простота на грани с хамством. И тогда я поняла, что у каждой мудрости — своё время. Только тогда совет будет ценным. Хороший совет даётся в нужное время и в нужном месте и только по запросу. Сейчас мне нужно переживать горе так, как это необходимо именно мне. Месяц это будет длиться или ещё год. Столько, сколько потребуется.

Ещё я поняла, что моя жёсткость и критичность порой может сослужить мне хорошую службу. Чтобы уметь отказываться от бестактного общения нужно иметь характер и способность видеть слабости и недостатки людей в самом начале. Чем раньше, тем лучше. Это не противоречит способности верить в людей и в их луч-

шие качества. Но когда ты видишь откровенное бездушие и или глупую зацикленность на себе, от такого человека можно и отойти в сторонку, не переживая о том, что там о тебе скажут или подумают.

Сейчас я плачу и тоскую по Соне и каждый раз осуждаю себя за то, что не была достаточно доброй, мудрой и любящей мамой для своей Дочери. Но я поняла, что я не могла быть другой тогда. Я делала все что могла, я это хорошо помню. Уставала, расстраивалась что ничего не получается, придумывала новые способы и так по кругу несколько лет подряд. Я старалась как лучше, и так я проявляла свою любовь к ней. А мягкость, принятие, спокойный и уверенный ум... это, к сожалению, были для меня недостижимые высоты на тот момент.

Я и сейчас до сих пор только смотрю на эту высоту с самого низа, но теперь я знаю, что у меня нет выхода. Я знаю, что я должна туда пойти.

Может быть это осознание и есть мой первый, но такой важный шаг к стадии Принятия и мой шанс на прощение. Прощение самой себя.

А эта соседка... Как и многие «доброжелатели» они щедро раздают советы налево и направо, уверенные в своём человеколюбии и жизненном оптимизме... Но не понимая, как глупо выглядят в своём эгоистичном желании почувствовать себя великими благодетелями.

Внимательно взглянув на свои собственные мотивы, мы часто обнаруживаем, что больше думаем о себе, чем о наших близких. Мы просто боимся страданий.

Мы хотим для своих родных и не только для родных, но часто даже для посторонних, счастья и покоя, потому что нам самим легче, когда они счастливы.

Безусловная любовь — это принятие. Каждый из нас идет собственным путем. Научившись уважать выбор тех, кого мы любим, даже если нам от этого больно, мы обретаем гармонию.

18 сентября 2022

День 146. Одиночество или свобода?

Целую неделю я живу одна в квартире моих родителей. Родители вместе с Сашей уехали в Питер. Саша по делам, а родители повидать дедушку, которому уже 95 лет.

Очень давно я не была одна так долго. Когда месяц назад Саша уезжал по делам, я осталась с родителями. И это было трудно. Мама слишком переживала то ли за

меня, то ли за себя, и добавляла мне этих переживаний. Моя мама почему-то уверена, что ее переживания обладают очень большой ценностью. В этом она видит свою способность любить. Забавно, но она и правда так думает. «Я переживаю, значит мне не все равно, значит я люблю». И она даже обижается, что я не могу и не хочу принимать ее такую странную любовь. Объяснить ей, что ее постоянный страх — противоположность любви, мне так и не удалось.

Поэтому, пока Саша уезжал в командировку, мне приходилось регулярно оправдываться и отчитываться о том, поела ли я, что я поела, куда пошла, когда вернусь и т.д. Мама переживала, что я слишком много и долго сижу в комнате и не выхожу оттуда. Я как раз в то время занималась оформлением фотоальбомов и мне хотелось сделать все красиво и успеть закончить до моей запланированной поездки в Роза Хутор.

Но самое не простое было — отвечать по несколько раз в день на ее вопрос «Как дела?» который меня в конец утомил. Однажды, после очередного «Кагдила?» я даже не выдержала и сказала: «Мама, хватит мне задавать по несколько раз в день этот вопрос! Как у меня могут быть дела?! Плохо мои дела!» Мама тогда обиделась и ушла, морально хлопнув дверью. Была бы дверь под рукой, обязательно бы хлопнула. Правда больше она мне этот вопрос не задавала.

В общем, приходилось успокаивать маму и гасить ее переживания и страхи. Так как эмоционально у меня было очень мало сил даже для себя, эта дополнительная поддержка давалась мне не легко.

И вот теперь я одна. Я могу приготовить себе сама и поесть или зачитаться и забыть о еде. Я могу гулять сколько хочу и куда хочу. Или, наоборот, могу сидеть в комнате и не переживать о том, что Мама будет жаловаться на мою нелюдимость.

Я гуляю, много читаю, пишу свои истории, рисую портреты Сони. А в перерывах смотрю старые советские фильмы. Это то, что я люблю.

Когда мы вместе с Сашей, то проводим очень много времени вместе. Мы ходим на море вместе, ездим в город погулять или за продуктами, вместе кушаем, вместе смотрим любимый сериал. На мои любимые дела совсем не остаётся времени. А теперь я делаю все что люблю.

Скучаю ли я? Одиноко ли мне?

Нет. Совсем нет. Мне очень хорошо, легко и спокойно.

Хотела бы я жить так всегда?

Хотела бы я жить одна в красивом месте, где нет зимы?

Где я могу любоваться морем круглый год?

Хотела бы жить вот так, свободно и спокойно и заниматься всем что я люблю? Променила бы я свою нынешнюю жизнь на такое вот тихое и спокойное существование рядом с природой? Я не говорю «одинокое», потому что я не чувствую себя одинокой. И не говорю «свободное», потому что я и до этого не была связана или зависима. Я задумалась...

И я поняла, что моя спокойная, тихая радость — это моя благодарность за то, что сейчас у меня есть немного времени для себя. И я с удовольствием пользуюсь этим моментом. Но этот момент оттого так хорош и так ценен, что он — небольшой промежуток, небольшой этап. И я чувствую радость и приятное ожидание встречи с Сашей. Я спокойна и уверена, потому что мы скоро увидимся. И у нас все хорошо. И нам не плохо по отдельности. И нам хорошо вместе. Это же здорово!

Уже сегодня вернуться родители, а потом через несколько дней приедет Саша. Сначала ему нужно будет лететь в командировку в Сочи. И возвращаться в Анапу он будет оттуда поездом.

Так что я продолжаю наслаждаться свободой. Тем более, что уже через несколько часов вернутся мои родители. Всего неделя, но это очень помогло мне.

Жаль только соседи сверху уж больно шумные. Вот уж правда, без соседей бы я точно согласилась прожить!)

19 сентября 2022

День 147. Судьба и свободная воля

Сегодня я проснулась с чувством незавершенности, как будто меня прервали на чем-то, посреди чего-то особенно важного. Я стала вспоминать, может быть это ощущение из-за моего сна? Да, мне снилась... Соня... Соня!

Спустя 1,5 месяца мне снова приснилась Соня. Может это случилось после того, как я вчера наконец-то первый раз смогла искупаться в море? Вчера были такие чистые, сильные волны! Вода прозрачная и тёплая. Солнечный, жаркий день. И мне удалось искупаться аж 3 раза! Я так давно мечтала искупаться. «Пообниматься с морем», как я говорила. Моя Соня — это море. А море — это Соня. Море + Соня:)

Я прыгала на волнах, смеялась и чувствовала, как будто море обнимает меня, и Соня резвится вместе со мной. И столько счастливых мгновений я вчера пережила с мыслями о Соне. Может быть поэтому сегодня ночью я увидела ее снова?...

Мне приснилось, что я снова пытаюсь «спасти» ее...

Придумываю интересные занятия, игры, какие-то увлечения. На школу плевать, можешь не ходить туда вообще, если не хочешь. И да, нужно обязательно пойти к нашему хорошему психологу Анне! Нужно познакомить Соню с Анной! Да, и может ещё вот это? Нравится тебе, Соня? А это? А то?... Я как будто проживала другую, параллельную реальность, в которой я смогла обмануть судьбу, и Соня осталась жива.

Я была напугана, растеряна, испытывала буквально животный страх за своего ребёнка. Саша смотрел на меня с недоумением и растерянью... а Соня... она была задумчива и погружена в свои мысли и занятия. Я не видела ее лица... Только склоненную фигурку с золотистыми волосами. Она что-то смотрела в телефоне и просто была задумчива. Она откликалась на мои предложения, но этого краткого интереса хватало на минуту-две, а потом снова она уходила в свои дела, в свои мысли. Мне было больно осознавать, что я ничего не могу сделать. И проснувшись я по инерции продолжала придумывать новые варианты...

Все точно так, как это и было, пока Соня была жива. Только я была ещё более испугана, ещё больше зависима от своего страха потерять ее. Во сне я уже не злилась, не строжила ее и не зывала к ее совести, здравому уму, чувству собственного достоинства, воле и характеру... я только боялась, очень боялась за нее...

Я была так рада увидеть ее во сне! Но жаль, что сон был такой... слишком похожий на правду. Но она была жива... в этой реальности она была жива. Но была ли она счастлива?...

Это сон вернул меня снова в реальность. Я поняла, что все ещё не могу смириться, я все ещё бывает прокручиваю в голове, что бы я сказала Соне и что бы я сделала, чтобы обезопасить ее. Уговорами, убедительной логикой, просьбами, даже страхом, как последним из средств, доступных мне.

Я и сейчас бы не справилась. И сейчас бы я мучилась сама и мучала бы ее, старалась бы удержать ее, прожить за неё ее уроки, забрала бы её боль, если бы это возможно, и по возможности бы «укрепила» характер... Только все это не работает... И я не могу изменить то, что уже произошло. И я не могу изменить судьбу.

Моя свободная воля изменила ее судьбу? Мои страхи и ошибки? Моя злость и страхи стали причиной ее гибели? Или это и правда было определено судьбой? Что если представить, что это правда — то, что души там, дома, договариваются об общем жизненном сценарии?

Я буду мучаться этим вопросом всю оставшуюся жизнь — была ли это судьба или это был результат моих бесчисленных ошибок? Могла бы я все изменить, если бы была внимательней, добрее, терпимее к ней? Могла бы я «защищать» ее до самого конца, пока ещё у меня были бы силы и возможности?

Смогла бы я сделать ее счастливой, если бы вместо критики я бы говорила ей только добрые и тёплые слова любви и поддержки? Возможно... но этот страх глубоко внутри... Я очень ясно чувствовала его этой ночью. Страх потери ее. Не только ее жизни, но и ее разума, ее души, ее личности, ее воли.

Иногда в зал приходит один парень. У него тяжёлая форма ДЦП. Каждый шаг даётся ему с трудом. Тяжёлая судьба, но сильная воля. Он ведь родился таким, и его свободная воля не могла повлиять на другой, более благополучный исход. Его душа выбрала такое сложное тело, полное ограничений. Почему?

Возможно, в прошлых жизнях он был очень суровым и жестоким человеком, который был наделён большой властью, и эта жизнь была полна ошибок и затем раскаяния о содеянных поступках и жестоких решениях. А в этой жизни он постигает свой урок ограничений. Или, возможно, его душа настолько сильна и продвинута, что договорилась с другими родственными душами об этом уроке — узнать, что такое терпение и ощутить необходимость заботиться и помогать друг другу в таких сложных обстоятельствах? Вариантов тут может быть очень много. Об этом знает только его душа...

Каждый день, пока я иду на пляж смотреть закат, я вижу много семей с маленькими детьми. Сейчас это ещё совсем невинные дети, чистая энергия добра. Но каждый из них вырастет и пойдёт своим путём. И возможно, каждый этот ребёнок испытает много радости и боли, когда вырастет. Впереди пока неизвестность. Недавно, гуляя по пляжу я видела семью. Мама, папа, и их трое детей. Все впятером они сидели, крепко обнявшись, провожая закат. Это было самое прекрасное, что я видела за последние дни. Любовь, доверие, теплота были в этих общих семейных объятьях... А потом мне стало немножко грустно... Потому что я не испытала этого счастья в этой жизни. Это видимо, не моя судьба. Я в этой жизни родилась для другого. Всю жизнь я отвергала семью, боялась иметь детей. Я не верила в то, что люди могут быть счастливы в браке. Я не видела ни одной счастливой семьи... И вот, случайно получив возможность узнать, как это, когда маленькое, доброе, доверчивое существо доверяет и любит тебя, и так же неожиданно потеряв все это в одну минуту... Только тогда я поняла, как хочу этого... Я хочу запомнить это желание и войти в свою следующую жизнь с главной мечтой: «Я хочу большую, дружную, любящую семью».

Мы живем и представляем, что доживем до старости. Я хочу верить в то, что мы приходим в этот мир с определенной целью. Некоторые достигают ее раньше, дру-

гие же проводят большую часть своей жизни в растерянности, не понимая, что они должны сделать. Но когда наша миссия выполнена, мы умираем и возвращаемся домой, каким бы ни был наш биологический возраст.

Соня была со мной, чтобы я научилась тому, что такое утрата. Чтобы показать ценность любви, семьи, простого человеческого счастья. Она пожертвовала собой, дав мне возможность научиться. Иногда я вспоминаю линии жизни и судьбы на руке у Сони... какая это была короткая линия жизни...

Такая короткая жизнь, но огромная ценность для развития другой души.

Мы все связаны навечно. Меня наполняет ощущение, что мы никогда никого не теряем навсегда. На моей руке через линию жизни и судьбы проходит огромный крест, который перечёркивает все, но и разделяет и жизнь, и судьбу на два разных пути. Как будто жизнь и судьба разделены на «до» и «после».

Может эта та точка невозврата, которая разделяла нас на жизнь до того страшного вечера 2-го марта и после него? Может быть, мы могли в тот вечер поступить лучше, и Соня бы осталась жива?

А может быть эта развилка, два направления, два пути, один из которых я выбираю именно сейчас. Каждый день я делаю этот выбор.

Когда мы узнаём о предначертанности наших судеб, мы больше не можем думать, будто знаем, что же лучше для нас и для всех остальных, и учимся любить людей такими, какие они есть и учимся принимать чужой выбор.

Что это за два пути, я пока не знаю. В этом и заключается смысл и сила выбора. Моей свободной воли. Жить из страха и уйти в отчаяние и жалость к себе? Или остаться сильной и любящей к близким и в итоге, может быть, и к себе?

Какой путь я выберу?

20 сентября 2022

День 148. Правда или злость?

Сегодня я проснулась среди ночи оттого, что яростно сжимала мягкую розовую Единорожку Соню... Мне снилось, что я трясу кого-то... «Ой, Соне то зря досталось...» — подумала я и даже уснула снова, но тот сон был такой яркий, полный эмоций. Я запомнила его.

Мне приснилось, что я решила помочь одной своей знакомой. Ее лицо я вспомнила потом. Эту девушку я видела всего-то пару раз за свою жизнь — как-то я пользовалась ее услугами парикмахера. Это вполне обычная, даже приветливая девушка в реальной жизни. Не знаю, почему именно эту девушку выбрало мое подсознание для главной роли во этом странном сне. Ведь я не знала о ней ничего и мне были не известны подробности ее личной жизни.

Так вот, в этом сне я соглашаюсь помочь ей, посидеть с ее маленьким ребёнком, пока та уйдёт по какому-то делу. Девушка очень торопится, собирается на свою важную встречу, приводит себя в порядок. И все это время весело щебечет: «Ой, я не знаю, я совсем ничего не поспеваю! Я просто не могу проводить так много времени с ребёнком! Ну нет никакой возможности!» А я смотрю на ее маленького сынишку, 5-6 лет, он наблюдает за своей мамой и у него очень грустный взгляд. Он смотрит на меня и спрашивает: «А что, Мама опять уходит?..» Я отвечаю ему: «Да, у мамы дела. Ей нужно уйти, но это ненадолго.» А мальчик в ответ: «Ну да, ненадолго... наверное опять вернётся только завтра или послезавтра... и не одна, а с каким-то дяденькой...» Услышав это, я понимаю, что меня просто с головой накрывает гневом. Я прерываю бессвязный веселый щебет его мамы и говорю ей в спину: «А знаешь почему у тебя нет времени на своего ребёнка?» Она останавливается и удивленно поворачивается ко мне: «Почему?..» — «Да потому что ты — эгоистка! Ты вообще никакая не мать! И тебя надо лишить родительских прав! Ты не достойна быть мамой этого мальчика, если позволяешь себе бросить его на несколько дней ради очередного мужика!» Она стоит раскрыв рот, а я, задыхаясь от ярости встаю и хватаю ее за волосы, которые она только что завилла и уложила для будущей «деловой» встречи. «Размазать бы твою наглую, мерзкую рожу об стенку!» И тут я начинаю трясти эту нерадивую мать, так сильно я трясусь ее. И просыпаюсь... в моих руках любимая игрушка Сони, розовая Единорожка, с которой дочка никогда не расставалась. С тех пор, как моей Сони не стало, я обнимаю ее ночью вместо неё. И вот, я трясусь игрушку, остатки странного сна в моих крепко стиснутых руках.

Какой странный сон... Вчера во сне я видела свой самый главный страх — потерять Соню. Сегодня сон о моей злости. Непримируемость и резкое осуждение. Этого так много во мне.

Пару дней назад я буквально разогнала в тренажерном зале двух здоровых мужиков. Они слишком громко дискутировали и мешали мне заниматься. Не помогли даже наушники. Я подошла и пристыдила их за то, что они и сами не занимаются и другим не дают. Два здоровых бугая, общим весом в четверть тонны и я — мышья по сравнению с ними, стояла и отчитывала их, упрямо глядя на них с вызовом снизу вверх. Они, наверное, скорее опешили, чем разобрали, что эта малявка такое говорит этим опытным и бравым воякам. Дядьки извинились и разошлись.

А я продолжила тренировку. Я не боюсь таких вот ситуаций. И никогда не боялась. Саша смеется надо мной и называет меня «мой боевой хорёк».

Сколько себя помню, я не терплю притеснений, несправедливости, хамства, наглости, распущенности. И даже если это грозит расправой, я не могу остановить себя. Правда дороже!

Поэтому я годами сужусь с Налоговой, которая буквально повесила на меня кучу многомиллионных долгов по ошибке и даже не планирует разобраться и сделать свою работу. Поэтому сужусь с мошенниками из Юридического Альянса Петербурга, которые не пожелали выполнять свои обязательства, а деньги за невыполненные услуги затребовали.

На мне сейчас несколько судебных тяжб. У меня заморожены счета. Введены запреты на выезд за рубеж и регистрацию собственности. Раньше меня это очень беспокоило, я много возмущалась этой несправедливости, осуждала несовершенную судебную, налоговую и исполнительную систему. Взывала к логике и здравому смыслу людей, которым было на это абсолютно наплевать. А теперь я просто делаю то, что должна. Я защищаю себя и свою правду. Это дело чести. Я всегда иду на принцип и всегда буду доказывать свою правду до конца. Годами, нервами, силами, здоровьем. Не могу прогнуться, не могу утереться и уйти ни с чем восвояси, не могу махнуть рукой. Буду сражаться до конца.

И вот сегодня, пока я была в тренажерном зале, я подумала: зачем мне столько этой... справедливости? Зачем мне, женщине, столько принципиальности, бесстрашия, упрямства? Эти качества хороши для мужчины... но для женщины они бесполезны и могут даже быть разрушительны... наверное...?

Я понимала, что эта уверенность в своих силах, эта вера в правду и справедливость часто мешает мне в отношениях с людьми. Ну кому нужна правда, которая ранит, обижает? Говорят, слово больно ранит и словом можно и убить. Вот теперь я точно знаю, что это правда...

Много лет подряд эти качества не просто помогали мне, но и делали меня той, кем я всегда была. Я умела добиваться своего. Я была терпелива и упряма, когда училась и работала на двух работах. Я не жаловалась, когда студенткой падала в обморок в метро, потому что нечего было есть, и выбирая между коробкой овсянки в магазине и проездным на метро, я выбирала второе. Чтобы поехать в Институт, а потом на работу. А поесть... подумаешь, ничего, завтра поем.

Я не знала, что такое несчастная любовь. У меня получалось привлечь тех, кто нравился мне самой. И дело даже не в том, что я могла заинтересовать любого. Нет, все гораздо проще. Мне всегда нравились только те, кому явно нравилась и я. Это простой житейский реализм. И поэтому мои представления о жизни и счастье

были ограничены этим образом, который я создавала сама — сильная, самостоятельная, свободная, не зависимая, упрямая, жёсткая.

Я нравилась людям именно такой. И я искренне верила в то, что это единственно возможный вариант быть счастливой — не быть жалкой, зависимой и слабой бабой, которая вцепляется в штанину первому попавшемуся мужику.

А чтобы быть сильной и не зависимой, нужно быть умной, умелой и смелой. Для этого нужно терпение, любовь к учебе и труду. И главное — не жить в иллюзиях, видеть суть, правду. Даже если она не приятная. Иначе никаких шансов на положительные перемены. Перфекционизм, как мне казалось, был не недостатком, а моим достоинством.

В отношениях все было просто для меня — мне любить? Нет, не обязательно. Влюбленности мне достаточно. Пока есть влюбленность, есть отношения. Потом становится скучно в этих отношениях, я отвлекаюсь на что-то новое. Семья? Нет, это не про меня. Ну какая из меня Мама? Я же Сталин в юбке! Чуть что не так — «Расстрелять!»

И вот с такой вот жёсткой и даже агрессивной установкой я прожила большую часть своей сознательной жизни.

В юности мой боевой характер и упёртая принципиальность не раз были причиной серьезных конфликтов в отношениях с моей мамой. Потом в отношениях с первым мужем. Он был тоже агрессивным и упёртым, не меньше, чем я. Но ещё он был жутко ревнивым. И наши отношения можно было назвать борьбой двух гадов — змеи и жабы. Кто кого до смерти затравит. В те годы это было даже занятно и изрядно бодрило меня. Мне же нужно было с чем-то или с кем-то сражаться. Долгие годы сражений за правду в моей семье с мамой не прошли даром. А тут это замужество — «Война и мир», второй том.

«И трудный бой, покой нам только снится!» Я вспоминаю себя и понимаю, что я не умела жить иначе. Более того, мне казалось, что если я начну меняться, то все развалится. Я потеряю хватку, потеряю то, что отличает меня от мира слабых, зависимых неудачниц. Тут в помощь моей агрессивной натуре выступала моя Гордыня: «Я лучше, чем все они! Я не такая, как они!»

А потом я забеременела... случайно. И неожиданно. И все. Моя жизнь, какой я ее знала, закончилась. И я совершенно не понимала, как жить этой новой жизнью. Где взять терпения, мудрости и любви, когда внутри только злость, упрямство, и хладнокровный расчёт? Я по инерции оставалась такой же злокой. Оттолкнув всех, злясь на свою нелёгкую судьбу, я снова выживала. Это был для меня единственно возможный вариант существования. Если не было проблем, то я их создам! Иначе мне было скучно!

Изменилась ли я за эти 12 лет? И да и нет. «Бойцовый хорёк» или «Сталин» — всё ещё мои вторые имена.

Как-то я пыталась найти способы излечения и примеры для подражания, чтобы самой начать меняться. Чтобы стать терпимее, мудрее и добрее. Я понимала, что мне нужно быть доброй, любящей мамой. У меня самой это плохо получалось и я решила, что нужно поискать тех, кто сможет мне в этом помочь.

Я спрашивала совета у «успешных» женщин. Тех, у кого красовался гордый статус в соцсетях «Счастливая жена и мамочка» и получила один единственный совет: «Чтобы стать нежной и прекрасной женщиной, нужно позволить себе быть слабой!»

А, так вот в чем дело! Надо быть слабой? Seriously?... Вспоминая моменты прошлого, я думаю — как и когда я могла себе позволить быть слабой?

Сначала я боролась со своей мамой. Боролась потому, что моя мама тоже очень властная, принципиальная женщина и тоже не самый простой человек. Если бы я проиграла, она бы просто подавила мою волю и все бы кончилось тем, что я осталась бы жить в своем маленьком провинциальном городке. Даже не представляю, как бы я там жила и чем бы в итоге занималась... Как говорила моя мама: «Нечего звезды с неба хватать!» У меня просто не было выбора. Я должна была защищать себя и свой выбор жить по-другому.

Потом я боролась с первым мужем — полной копией меня. Мне нужно было победить его, во что бы то ни стало. Доказать себе, что я сильнее. Доказать, что я чего-то стою. Иначе я бы осталась домохозяйкой, которой нельзя иметь друзей, любимое дело, и любые другие интересы в жизни, кроме кухни и быта.

Потом мне нужны были мои сильные качества уже в отношениях с Сашей. Если бы я «стала слабой» в этот период, то возможно, мы так бы и жили на окраине города в съемной квартире и так бы продолжали стандартный жизненный круг — от одного случайного заработка к другому.

И что же мне было делать? На каком этапе этой бесконечной борьбы я должна была расслабиться и стать «Слабой женщиной»?

Мне нужно было остановиться и расслабиться с Соней. Я это понимала. Понимала умом, но эмоционально мне это давалось очень тяжело. Я пыталась читать книги о правильном материнстве, я пыталась ходить на курсы по пробуждению в себе внутренней женской красоты и доброты.

Кстати, это отдельная история о том, как я пошла на такие вот «курсы». С этих курсов я вылетела пулей! Пока как на подбор во всех отношениях прекрасные нимфы за 40 пробуждали в себе женскую энергию и возносились в астрал, это было ещё полбеды. Даже когда они начали сбиваться стайками, чтобы выполнить очередное упражнение на тему раскрытия своей женской сущности, а в реальности начали поголовно жаловаться на своих мужей, это тоже было объяснимо и ожидаемо. Но уж когда ведущая предложила увидеть феечек, тут моя Сталинская природа уже не могла этого позору выносить.

Там я всем этим тетушкам и сказала в чем их настоящая проблема. Так и рассказала, всего за 5 минут и совершенно бесплатно! О том, что вместо того, чтобы жаловаться на вечное безденежье и при этом набирать кредиты на эти «курсы», лучше бы пошли в тренажерный зал или хотя бы к парикмахеру. О том, что вместо того, что сидеть тут, ныть и жаловаться друг дружке, придумывая себе какие-то астралы и феечек, лучше бы нашли нормальную работу. А нет работы, так потрудились бы обучиться новой интересной профессии. Вот так и заявила им всем. Ведущая тогда была в шоке от такого поворота. Ну не смогла я терпеть этот цирк с конями. Понятно, ведущая просто зарабатывает на этих несчастных дамах. У неё у самой ни мужа, ни отношений. Но вот так обманывать убогих — тоже ведь карма — дело такое, достанет тебя в итоге. Так я разочаровалась в эзотерическом подходе к решению своей главной проблемы — избавлению от злости.

Я злюсь много и часто. Злюсь и осуждаю каждый день.

Алкоголиков, толстяков, расписных уток — жительниц Инстаграм, посетителей шумных вечеринок из-за которых невозможно спать по ночам, вонючих мужиков в зале от запаха которых глаза слезятся и приходится либо уходить с тренировки, либо перекраивать весь тренировочный план. Шумных соседей, которые не дают спать по ночам или будят ранним утром. Слабых мужиков, зависимых и глупых баб, капризных и истеричных детей.

Да, я не люблю, ненавижу все это. И думаю, что никакие средства и приёмы не заставят меня полюбить все это. Моя злость живет со мной, живет во мне. Иногда мне кажется, что она — ядро, которое питает меня энергией. Как будто она — суть моей воли и характера. Как ядерный реактор, который дает мне силы и даже жизнь.

Я искренне завидую тем, кто по-настоящему не обращает на такие вещи внимание. Кто может спать хоть под вой сирен и пушечные выстрелы, у кого отбито обоняние и никакой слезоточивый газ не способен нарушить размеренный темп его тренировки. Кто любит людей и не раскладывает их на недостатки и пороки. Кто умеет успокоить капризного ребёнка парой добрых фраз. Я искренне завидую таким людям... Жаль я пока еще не встречала такого чело-

века, который бы обладал таким редким качеством как человеколюбие. Наверное, они существуют? Может быть, такие люди живут и учат своих последователей в ашрамах? Встретить такого человека в реальной жизни — большая удача.

А моя злость все так же со мной. И когда мне мешают спать я, в любое время дня и ночи иду разбираться с шумными соседями. Не помогает — вызываю полицию. Я брезгливо зажимаю нос и ухожу из тренажерного зала, когда рядом скачет вонючий мужик, который видимо не знаком с таким простым понятием как гигиена. Я отворачиваюсь от вида валяющегося на асфальте капризного ребёнка. Я осуждаю толстого хряка, который дует своё пиво и курит в лица прохожих. Я закрываю окна, чтобы не слышать пьяный гвалт местных отдыхающих. Эти «туристы» приехали всего на 10 дней и в их планы входит капитально обнулиться, чтобы потом, когда этот чудный отпуск в пьяном угаре закончится, можно было бы с новыми силами вернуться в свою серую мерзкую жизнь таких же серых неудачников.

Я злая. Эта злость — часть меня.

И если раньше она мне помогала, или мне это только так казалось, то теперь... Теперь я вижу в ней причину гибели моего ребёнка.

Я могла быть вредной, принципиальной и категоричной с кем угодно. Но не со своим ребёнком, которого я люблю больше всех. Это низко. Надо было сдерживаться и не обижать ее. Да, потом я всегда извинялась. Но разве это имеет значение? Ведь эти жестокие слова все равно оставались в ее неуверенном сознании. Разве не я формировала ее представление о самой себе? Ведь именно я своим отношением к ней и создавала ее личность. А как будет формироваться здоровая личность, если Мама, самый близкий человек на свете, критикует и злится? Да, я понимаю, что было и много хорошего. И она очень любила меня и всегда тянулась ко мне. И большую часть времени мы проводили вместе и нам было очень весело и интересно. Точнее, все время нам было хорошо... кроме школы. Ровно до тех пор, пока я не открывала ее тетрадей или дневника... Школа убивала наши отношения. Эти невыполнимые требования. Эти учителя, которым, было, в сущности, плевать на тех, кто не успевает или не понимает предмет. Дети в классе с уже искореженной психикой и извращенным представлением о мире... Все мерзкое и страшное, все это связано у меня со школой. Если бы я могла прожить эту жизнь заново и у меня снова родилась бы моя девочка, я бы никогда не отдала ее в государственную школу.

Ей было трудно. Очень трудно. Но я продолжала увещевать, убеждать, уговаривать, помогать чем только получилось, но все было зря. Потом, когда сил уже не хватало, я срывалась. И вот тогда могла сказать что-то обидное, о чем потом очень жалела. Извинялась, но ведь слова уже не взять назад. Моя критичность, моя жестокость в суждениях, мой острый язык тут сослужил мне плохую службу.

Она всегда прощала меня. Всегда. И от этого ещё сильнее теперь! Лучше бы она боролась со мной! Лучше бы она ненавидела меня, противостояла мне. Как я когда-то в детстве противостояла своей матери. Но Соня была совсем другая. Она не умела противостоять. Не умела злиться. В ней не было упрямства, упёртости, вредности. Была доброта, терпение и любовь. А я не знаю, как быть с этим непонятным для меня набором качеств... Как будто у меня нет этого навыка и поэтому я не понимаю, как он работает...

Вот так, моя злость сделала меня тем, кем я сейчас являюсь и в каком-то смысле я получила все, что имею, тоже благодаря этой моей упрямой злости. Но эта же злость и убила в моей Соне ее личность. Сначала убила ее волю. А без воли человек не может жить. Не может и не хочет.

Так что же мне теперь делать с собой? Я не могу изменить себя. Даже сейчас. Я не могу избавиться от злости просто пожелав этого.

Каждый день я выхожу из дома всего на час, чтобы прогуляться к морю. И за это время умудряюсь найти 2-3 смешные истории с человеческими пороками в главной роли. Пока только иду к морю или гуляю по пляжу, наблюдая закат. Рассказываю в красках, а иногда и показываю Саше то, что вижу и он хохочет над моими саркастичными наблюдениями. Я вижу все эти смешные, но в то же время грустные моменты.

Почему я не умею видеть так же четко и ясно достоинства в людях? Может оттого, что недостатки и пороки увидеть проще? А чтобы увидеть благодетель, нужно присмотреться? Хотела бы я вместо праведного гнева просто пожать плечами и отойти в сторону, не думая, не осуждая, не гневаясь... Хотела бы и даже очень! Но не получается... Если я продолжу находить и складывать в копилочку и высмеивать только человеческие пороки и недостатки, то скоро превращусь в мерзкую вредную бабку, которая всем и всегда не довольна. А может я просто не люблю людей?..

Неужели я вижу только плохое вокруг? Как в Кривом зеркале из сказки Снежная королева. Нет... почему, я часто неосознанно улыбаюсь, когда вижу добрых деток, чья искренность и непосредственность не может не тронуть. Или вот вспомнила снова ту семейную пару с тремя детьми в обнимку на пляже. Я замечаю красивых, но скромных людей, которые идут, взявшись за руки, улыбаясь друг другу. Это и правда очень красиво! Замечаю милых и ласковых собачек и как правило, у них такие же милые хозяева. Замечаю добрых бабулечек, которые выгуливают любимых внучат. С радостью замечаю спортивных бегунов всех возрастов.

А может просто хороших, добрых, скромных людей меньше?

Может мне нужно уехать очень далеко, где нет людей и пожить там в одиночестве? Вокруг не будет ни одного раздражителя, может быть тогда я смогу узнать каково это — жить без злости? Никто не помешает мне спать, не испортит воздух, не наступит на ногу, не дыхнет в лицо сигаретным дымом.

Но как долго возможно жить вот так? Да как это возможно? Придётся искать необитаемый остров...

А может быть моя злость ещё пригодится мне?

Моя способность видеть недостатки и недоработки обычно очень полезна в деловых вопросах. Знать, чего точно я хочу и потому уметь отметить все не нужное. Уметь распознать и в итоге отказаться от непрофессиональных услуг.

В делах да, возможно. А в отношениях с людьми... важнее связи, которые я выстраиваю и стараюсь укреплять.

Не нужно отказываться от своей способности видеть правду, пусть даже не приятную, а нужно использовать ее в делах. Может быть мне суждено создать что-то? То, что останется после меня... И весь этот процесс потребует от меня и моей критичности и требовательности, и упрямства?

Но что это будет?.. я не знаю пока... не знаю, а поэтому, буду искать. Буду пробовать. Буду пытаться. Не зря же я такая упрямая и упорная...

И еще. Я вижу сейчас и принимаю то, что я очень злюсь. Да, я очень злюсь. Прямо сейчас. И я ничего не могу с этим поделать...

21 сентября 2022

День 149. Она открывает окно

Она не плачет.

Она смотрит в пустоту. Ничего больше нет. И ничего больше не будет...

Она открывает окно. Темно. Холодные фонари на стройке. Она ничего не видит.

Она открывает окно.

Зимний промозглый воздух. Она ничего не чувствует. Ничего кроме пустоты. Холодной, страшной пустоты.

Она открывает окно.

Скоро все закончится. Нужно только сделать шаг. Один только шаг.

Она отпускает руки и делает этот последний шаг...

Я все время думаю об этом, каждый день эта страшная, жуткая картина перед моими глазами... Я хочу, чтобы это закончилось. И я не хочу этого. Пусть будет больно. Должно быть больно.

Это всего лишь жизнь.
И однажды она закончится.
И страдания тоже закончатся.

Я не хочу забирать их все в следующую жизнь. Я буду проживать их в этой жизни до самого конца, чтобы к ее концу я полностью прожила их и приняла.

Она открывает окно...
И вдруг взлетает к небесам, дотягивается до самой яркой звездочки. Она видит яркий свет и становится очень тепло и спокойно. Она дома...

«Эй, Мама, не грусти! Я тут и тут здорово!» — я слышу в своей голове, а вместе с этим в наушниках вдруг звуки веселой мелодии, которую я несколько месяцев назад использовала для забавного видео, в котором собрала смешные моменты о том, как веселится и дурачится Соня. «Посмотри это видео, Мама!» — «Хорошо, доченька, посмотрю!»

Веселая песенка кончается и в тот же момент вырubaются мои наушники. Кончился заряд аккумулятора. Пора заканчивать тренировку и идти домой, смотреть смешное видео с Соней:)

Эта жизнь — только осколок, небольшая ступенька на пути к цели ее большой Души.

22 сентября 2022

День 150. Катманду

Я хочу исчезнуть. Уехать?..
Когда все закончится — суды, долги, запреты и антидепрессанты. Когда моя нога станет сильной и буду уверена, что дойду туда, куда мне нужно.

Я ещё не знаю куда.
Туда, где тепло и где есть море. В Индию или Непал? Я ещё не была в Непале...

В Непале нет моря. Зато там есть горы. Катманду. Кат-ман-ду... С детства мне нравилось это странное название. Бабушка любила разгадывать кроссворды. И там часто встречалось это странное слово.

А может быть я захочу увидеть не только Катманду? Может быть, я увижу разные прекрасные страны? И останусь там, где подскажет сердце.

Я не хочу видеть и слышать никого. Я не хочу, чтобы вокруг были люди. Я не хочу знать, не хочу понимать, о чем они говорят. Я не хочу, чтобы у меня были соседи. Я хочу полной пустоты. Тишины. Покоя.

Я хочу смотреть на море. Или на горы. Я хочу видеть небо. Я хочу чувствовать землю.

Я не хочу думать. Я не хочу мечтать. Я не хочу надеяться и верить. Я хочу ощущать полное ничто.

И так я буду ждать. Ждать сколько потребуется, когда можно будет вернуться. Ждать того момента, когда моя Душа сможет вернуться домой.

23 сентября 2022

День 151. Дьявол

Проснулась утром. В комнате светло, наверное, уже 8-9 утра... Но на часах 1:32 ночи. Сели батарейки? Невозможно... часы работают от розетки. Может они просто сломались? Встали? Нет... минуты идут... вот уже 1:33 на часах. Странно.

Вчера ночью я легла спать и часы работали как нужно. Я так устала, что легла спать до полуночи. Всю ночь шёл сильный дождь и была гроза. Я засыпала с мыслью о дьяволе...

Вчера был тяжелый день. Я много плакала. Мне не помогало ни творчество, ни спорт, ни чтение... Я все время плакала и плакала и было больно в груди. Я нашла игрушки из киндер-сюрпризов, которые собирала Соня. Я смотрела на них и плакала. Нужно было идти на пляж, чтобы провожать солнце, а я все не могла оставить слёзы.

Рядом с игрушками лежал плюшевый мешочек. А в нем дорожная колода карт Таро. Новая, ещё не распакованная. Раньше я часто пользовалась картами Таро. Дома у меня есть большая, увесистая колода Таро Алистера Кроули. Ей, навер-

ное, лет 20... А тут карты-малютки, как будто игрушечные. Я вскрыла упаковку, достала карты. И решила использовать этих малюток.

Я решила обратиться к своему Учителю, Наставнику, своему Проводнику: «Помоги мне пожалуйста. Кажется, я теряю последние силы, теряю веру. Мне очень трудно, я не понимаю, как мне быть дальше. Зачем мне жить дальше? Ради чего я остаюсь сейчас здесь, на Земле? О чем я должна помнить, на что важное я должна обратить внимание? Что ещё я должна сделать, прежде чем смогу вернуться домой?»

Я подержала колоду в руках, вздохнула глубоко и вытащила карту.

«ДЬЯВОЛ»...

Я все же вышла из дома, дошла до моря в надежде увидеть последние минуты садящегося за горизонт солнышка. Но солнца не было. Ни отблеска, ни кусочка яркого диска. Небо и море слились в одно полотно темно-синего цвета.

Деревянные помосты, дорожки и туристические будочки разобрали и пляж казался пустым и каким-то сиротливым. Было грустно. И я пошла домой.

Дьявол... что это значит?.. Дьявол — это я? Я совершила ужасные грехи и поэтому должна помнить об этом? Или я совершу ещё что-то ужасное? Впереди что-то страшное?..

Этот «ответ» совсем лишил меня опоры... И теперь я чувствовала себя растерянной. Я чувствовала бесполезность, бессмысленность всех своих усилий. Я почувствовала тяжёлую, навалившуюся усталость.

Я поняла, почему недавно стала испытывать это новое чувство одиночества. Но я не хотела от него избавиться, наоборот. Я хотела укрепиться в нем. Остаться в нем одна. Да, я стала все чаще понимать, что хочу в итоге быть одна. Теперь я поняла почему. Я не заслуживаю иметь надежду. Не заслуживаю любви и счастья. Смысл в том, чтобы прожить и прочувствовать горе и одиночество в полной мере, настолько, насколько это вообще возможно.

Раз Высший суд не направляет мне справедливого наказания, я создам его себе сама. Такой человек как я должен понести наказание. Если это не тюрьма и не порицание, не болезнь и несчастный случай, значит это одиночество и отчуждённость. Без родных, без друзей, без любимого, без надежды на спасение, без веры в лучшее. Так и должно быть. И ещё кое-что. Никто не будет ждать от меня «выздоровления», никто не будет ожидать «новых планов», второй беременности, профессиональных и идейных достижений, духовного роста. Ничего этого не будет.

Этой ночью я не молилась святой Софье перед сном. Я не благодарила своего Наставника за помощь и поддержку. Я чувствовала себя брошенной, преданной.

Я засыпала с мыслью что это я — Дьявол и раз так, то прошу небеса о наказании свыше за свои ужасные грехи.

Быть может это та самая стадия депрессии?.. А где я, как не в депрессии вот уже почти 7 месяцев? Каждый день каждого месяца. Я и не знала, что человек может так много плакать каждый день много месяцев подряд. Откуда в человеке столько слез?..

24 сентября 2022

День 152. Война

Вчера я случайно узнала, что несколько дней назад объявили частичную мобилизацию. Я не смотрю телевизор и не читаю новостей, поэтому меня эта новость ошеломила...

Война.

Я никогда не думала, что буду жить в военное время, когда на фронт уходят здоровые, сильные мужчины.

Сначала я растерялась. Я понимала, что такое возможно, но это настолько крайняя мера, что вероятность призыва мирных граждан была бы оправдана только в том случае, если враг вступит на нашу территорию.

Мне рассказал Саша.

Сказал аккуратно, насколько мог. И то только для того, чтобы обсудить необходимость передачи управления компанией в случае, если его призовут.

Мы оба давно решили оформить завещания, когда вернёмся в Питер. Но об официальной передаче бизнеса ни говорили ни разу. Я все шутила: «Если тебя призовут, я тоже пойду на фронт! Отучусь на военно-полевую медсестру и буду по окопам лазать, раненых собирать». Все эти шутки теперь стали совсем не смешные...

Я сначала подумала: «Ну какой там бизнес? Саша на войне, а я тут бизнесом занята... ну ерунда же...» не выдержала, спросила его:

— А зачем мне дела то перенимать? Куда этот бизнес-то, раз ты уедешь воевать?

— Как куда?.. чтобы у тебя были деньги...

— А мне не нужны они будут...

— Ну клиенты наши рассчитывают на нашу компанию.

— Саш, ну я понимаю, что текущие обязательства нужно будет исполнить. Но потом?.. Потом то мне все это зачем? Потом я закрою фирму и все.

- Ну, давай обсудим, когда я приеду, хорошо?
- Хорошо... Саш, а почему мне тоже нельзя на фронт?
- Ну Оля, это очень опасно...
- А может я и хочу, чтобы было опасно. Вот закрою фирму и тоже поеду на фронт... Соня погибла в том числе из-за этой войны... эти сообщества, которые создавали украинские террористы, чтобы сводить с ума и убивать наших невинных, напуганных детей... а теперь ещё ты пойдёшь туда и погибнешь? Нет уж, я и сама поеду туда и их там всех перестреляю, пока будут силы...

Поговорив с Сашей, я пообещала ему, что дождусь его из командировки, прежде чем принимать какие-то судьбоносные решения. Он приезжает сегодня вечером, поездом из Сочи. Наверное, он и сам был не рад, что рассказал мне.

Но о курсах военных медсестёр все же прочитала. Курсы есть, а вот на фронт женщин не берут. Оказывается, многие женщины приходят в военкоматы и просятся добровольцами. А их не берут... даже приходят военнообязанные, с медицинским образованием, все равно не берут. Что за дискриминация?..

А ещё посмотрела карту военных действий. Я раньше думала, что так долго и давно идут бои, наши, наверное, уже до Киева давно дошли и на подходе Львов... И когда услышала про мобилизацию, то ещё подумала: «Как же так, простых, хороших мужчин отправят воевать в глубь этой Бандеровский хунты... далась нам эта Украина с ее нацистами, наемниками, террористами!»

А оказалось, что наши защищают границы. Курскую и Белгородскую область обстреливают. Но основные бои все так же идут в Донецкой и Луганских областях... оружие, и наемники едут в Украину со всей Европы. Так вот почему мы так мало продвинулись... банально не хватает людей...

Я совсем не интересовалась военными новостями. Мне хватало своей печали, и война меня уже не пугала. И сейчас не пугает. Просто жаль, что на войну уйдут самые лучшие, смелые и достойные. А вся эта трусоватая шваль, которая когда-то сумела отмазаться от армии так и останется сидеть под юбкой у своих жён. Так и останутся у нас все «сливки» нашего мужского общества — трусы, подлецы и жалкие предатели.

Нет, честь и достоинство важнее всего. Бегать от призыва? Какая низость. Наши территории уже сейчас обстреливают. Нужно защитить свою Родину. Мой дедушка, которому сейчас 95 лет прошёл войну и не бегал от врага. И мы не станем позорить себя. Мне стало стыдно за свою первую реакцию страха. Простого животного страха за жизнь любимого человека. Он у меня теперь один остался и конечно я очень боюсь потерять его. Но это жизнь. И есть кое-что даже важнее жизни. Какая же это жизнь, если тебе стыдно вспоминать, что ты жив только из-за

своего трусливого страха. «Как будет, так и будет. Призовут, значит провожу Сашу на войну и буду его ждать.» — так я и решила для себя.

А пока он будет как настоящий мужчина защищать Родину, я буду работать, буду беречь его дело. Ну а если его убьют... что ж... может это и будет для меня, то самое наказание, которого я так упорно прошу у небес? Значит так тому и быть.

25 сентября 2022

День 153. Уныние

Сегодня я вспомнила 7 смертных грехов из «Божественной комедии» Данте Алигьери. Ещё со школы я помню это произведение, которое входило в учебную программу по литературе. Гордыня, гнев, жадность, зависть, прелюбодеяние, обжорство и уныние.

Почему Данте выбрал именно эти пороки в качестве смертных грехов? Мне всегда это было странно... не убийство и воровство, как в 10 заповедях Ветхого Завета.

Может потому, что каждая из этих эмоций может довести человека до преступного шага? Разве толстяки и алкоголики не убивают себя медленно, но верно? А ревность и прелюбодеяние — одни из главных причин семейных драм и бытовых убийств. А сколько преступлений совершено по причине зависти и жадности. Гнев и гордыня бессменные спутники несчастных, доведённых до иступления и жажды мести.

Каждое это разрушительное чувство, страшно тем, что тянет за собой такой же разрушительный поступок. Каждое из этих чувств или пороков страшно тем, что может довести человека до убийства. Убийства себя или другого человека.

Гордыня — порождает жестокость.

Гнев — порождает насилие.

Жадность и зависть — порождает алчность.

Прелюбодеяние — само по себе уже даже не чувство, а действие.

Обжорство — действие, разрушающее тело человека.

Большую часть из этих разрушающих эмоций я испытываю по несколько раз в день. Гордыня и гнев — вообще мое второе и третье я. Я понимаю, как остановить жадность и понимаю, как не воровать. Я понимаю, как не обманывать своего

мужа и не предаваться обжорству. Я даже понимаю, что я должна делать, чтобы обойти стороной гнев и гордыню — не осуждать, не ожидать от другого чего-то. В крайнем случае, отвернуться или отойти в сторону, если не получается не раскладывать на составляющие чужие грехи и пороки. Для меня это трудно, но выполнимо. И самое главное, я понимаю, что нужно делать или не делать, чтобы не поддаваться этим порокам.

Но уныние... В том, как избежать этого порока — для меня самая большая загадка. Почему в самом последнем круге ада Данте поместил грешников в унынии? Уныние — это самая разрушительное чувство, которое разрушает Душу человека. И находится в этом чувстве — самый страшный грех.

А как же быть с унынием? Что нужно делать или не делать, чтобы обойти стороной уныние? Как не быть в унынии? «Не унывай!» — говорят тебе сердобольные благодетели, «Да не майся ты дурью!», «Учись ценить то, что у тебя есть!» и прочий бред. Не выйдет вдруг переключить своё сознание на другую частоту и начать вдруг радоваться. Тут не поможет ни нормы приличия, ни чувство вины, ни логика. Тебе не нужно ни власти, ни чужой жены, ни золота, ни еды... тебе ничего не нужно, тебе просто очень хреново. И ты перестаёшь ценить свою жизнь.

Я сейчас в унынии. Соня была в унынии. Она не смогла переносить этого и решила уйти, избавиться от такого тяжелого груза. Я понимаю ее. Очень хорошо понимаю. И даже немного завидую...

Уныние — единственное чувство, которое просто поглощает тебя и тебе уже ничего не сделать с этим. Как ночь наступает и накрывает всех нас с головой, хотим мы этого или нет. Но остаётся только ждать рассвета, чтобы пережить эту темноту.

Говорят, самое темное время перед рассветом...
Пока я ещё верю в это, значит у меня есть надежда.

А верю ли я?...

26 сентября 2022

День 154. День и ночь

Я просыпаюсь каждое утро и вижу, как Соня улыбается. Вот она с папой катается на роликах, вот обнимает папу в отпуске на Кипре, вот дурачится на Школьной фотосессии к выпускному.

Фотографии Сони повсюду. У прикроватного столика, на самодельной гирлянде, в рамках на столах. Я просыпаюсь, обычно обнимая единорожку-Соню. А потом я иду на кухню и вижу Сашу. Так начинается каждый мой день. Моя первая улыбка, как только я вижу его. И он всегда улыбается мне. И так я проживаю весь день рядом с ним и для него. Он делает мою жизнь... нужной.

Я вижу его глаза, такие же как у Сони, я беру его за руку, и его пальцы такие же как у Сони. Сонины пальчики и на ручках, и на ножках — я помню их так точно. И я вижу их каждый день. Только они побольше.

Я делаю что-то по работе. Я смотрю фильм, прижавшись к нему. Я гуляю с ним за руку. Я вижу закат вместе с ним. Я рассказываю ему что-то. Я смеюсь с ним. Днём я с Сашей — с половинкой моей Сони. Когда я обнимаю его, я представляю, как подбегает Соня и обнимает нас. Она всегда так делала, всегда обнимала нас, когда мы с Сашей обнимались. Днём я живу с Сашей и ради Саши.

Ночью я плачу. Иногда я плачу и днём. А в тяжелые дни и днём я не могу остановить слёзы. Но ночью я плачу всегда. Долго плачу... и каждый раз прошу о том, чтобы меня поскорей отпустили домой, к Соне. Я прошу дать мне возможность сделать то, что я ещё должна сделать, чтобы исполнить своё предназначение. И только исполнив его, я смогу спокойно уйти. Ночью я прошу о том, чтобы мне позволили поскорей уйти или помогли найти тот Путь, который бы помог поскорей закончить мое пребывание здесь, на земле.

Это происходит каждую ночь. Даже если день был хороший. Даже если мы смеялись с Сашей и провели день хорошо и спокойно. Даже если добились новых успехов за день. Ночью я все равно прошу освободить меня поскорее и дать возможность увидеть мою доченьку поскорее. Я плачу, плачу... а потом засыпаю.

Сейчас опять ночь. Все давно спят. А я снова плачу, прошу прощения у Сони и прошу у высших сил поскорее отпустить меня домой. И мне не стыдно за это. Потому что завтра днём я снова буду улыбаться, снова буду жить и делать все что я могу для Саши и ради Саши.

27 сентября 2022

День 155. Картонная жизнь и калейдоскоп

Каждую ночь я вспоминаю о том, как прошёл мой день. Я что-то делала — рабочие задачи, домашние хлопоты, время, проведённое с Сашей... Все это наполняло

мой день. Я смотрю на Сашу, я беру его за руку, вот мы идём по улице, вот говорим о чем-то... Вот смеёмся вместе... Я понимаю, что это единственное, что важно для меня. Если бы его не было, меня бы тоже не было.

День снова прошёл. Уже поздно, давно за полночь. И я зажигаю свечку. Смотрю на Сонино фото, беру салфетки и плачу. Я говорю с Соней и плачу. Я прошу у неё прощения, я сожалею о том, что была такой холодной и жестокой, о том, что довела ее до такого страшного исхода. Я плачу, плачу... каждую ночь я плачу, прошу Бога о смерти или болезни. Прошу об искуплении. Это все, чего я хочу. Это все, на что я могу рассчитывать.

Я не хочу жить. Но я не могу убить себя.

Еще больше я не хочу причинить боль ему. И если он жив, я знаю, что мне нужно жить. Даже если это очень больно и порой кажется, что невыносимо.

И когда я сижу вот так, смотрю на огонёк свечи и на Сонин портрет, мне кажется, что моя жизнь стала как будто картонной. Не настоящей. Как хлипкая театральная декорация, сделанная наспех. Дунь на неё и нет больше этой жизни. Она блеклая, пустая, не настоящая. Я ничего не хочу, ни о чем по-настоящему не забочусь, ни о чем не мечтаю. Это жизнь без смысла.

Я должна была бы быть благодарна Богу за то, что жива, что вокруг меня хорошие, любящие люди: любимый человек, семья, друзья... и мне ужасно стыдно за себя, ведь получается, что я все это не ценю?..

Наверное, так и есть.

Но я стараюсь! Очень стараюсь. Целый день я стараюсь быть «нормальной». Весь день я «держусь». Говорю о работе и на отвлеченные темы, гуляю или смотрю кино. Если и плачу, то украдкой. Но ночью... я разрешаю себе быть настоящей. Несчастной и несчастливой, мечтающей о смерти. Виновной в смерти ребёнка, неудачницей, лузером, ужасным, подлым человеком, осознавшим свою подлость.

В детстве у меня был старенький калейдоскоп и помню, я не могла остановиться — все переворачивала эту волшебную трубку, и все смотрела на новые разноцветные узоры. Эта боль всегда новая, всегда яркая, как узор в калейдоскопе. Как будто только и осталось — моя картонная дневная жизнь и калейдоскоп боли ночью.

28 сентября 2022

День 156. Нет выбора

Сегодня я вдруг осознала одну страшную мысль.
У неё не было выбора. Совсем.

У меня есть выбор, который я делаю каждый день — жить или нет. И пока я жива, я делаю этот выбор в пользу жизни. Даже если жить не хочется. Но у меня есть этот выбор. И я осознанно его делаю.

А если у тебя нет выбора? Если тебе остаётся жить дни или минуты? Если у тебя смертельный, неутошительный диагноз? Если ты заперт в горящем здании? Если ранен и истекаешь кровью? У этих людей нет выбора. И в какой-то момент они это с горечью понимают. Такой обреченный человек в какой-то момент смиряется со своей участью. Принимает этот факт. Опускает руки.

Так же было у неё, я думаю. Она просто приняла, что у неё нет выбора, жить или нет. Этот выбор был как будто за неё уже сделан и ничего уже было не изменить...

Нам не понять этого умом. Нам не понять этого в ясном сознании. Это состояние безвыходности и обреченности, которое невозможно описать словами. Это могут понять только люди, оказавшиеся на самом краю.

29 сентября 2022

День 157. 15 минут

Чем ближе ко второму числу каждого месяца, тем тяжелее. Весь день я обычно стараюсь чем-то занять себя. Работой или творчеством. И я всегда думаю о Соне. Когда говорю о чем-то. Когда слушаю кого-то. Когда делаю что-то.

Обычно днём я занимаюсь рабочими вопросами. В такие моменты я сосредоточена на работе. Но даже в это время я думаю о том, что Сони больше нет и я не понимаю, зачем я все это делаю. Ведь для кого мне теперь стараться?

Вечером после работы я обычно провожу время с Сашей. Иногда мы ходим на пляж смотреть закат или просто гуляем. И в эти моменты я тоже думаю о Соне.

Когда мы говорим о чем-то с Сашей, то я очень увлекаюсь разговором, или слушаю что-то интересное, о чем он мне рассказывает. Мы часто смеёмся или подшучиваем. В такие моменты я чувствую себя на мгновение счастливой... а потом я

всегда вспоминаю о Соне. О том, как она умела шутить. Или о том, что мне жаль, она сейчас не может посмеяться вместе с нами, как она всегда делала.

Потом мы обычно смотрим вместе с Сашей какой-нибудь хороший фильм. И иногда я сижу рядом с ним, и мы смотрим кино, а я все равно думаю о Соне. Но иногда я вдруг ловлю себя на мысли: «Прошло уже 15 минут... я не думала о Соне целых 15 минут!»

Мой рекорд — 15 минут.

30 сентября 2022

День 158. Не человек и не горошек

Вчера снова был трудный день...

Последние дни перед 2-м числом каждого нового месяца даются нам всегда тяжелее. Скоро 7 месяцев с того дня, как мы потеряли нашу Соню. Надежда потихоньку покидает нас, и мы чаще плачем, чаще устаём, чаще смотрим в пустоту с неммым вопросом «зачем теперь все это?»

Никто не может ответить нам на этот вопрос.

Мы живем каждый день, поддерживая друг друга, ведь это единственная причина почему мы до сих пор просыпаемся и живем. Мы есть друг у друга, это очень важно. Но желание жить и делать хоть что-то все меньше, все слабее.

Вчера, уже в 10-м часу вечера, Саша зашёл в комнату и случайно заметил, что я плачу. И он обнял меня и вдруг спросил: «Хочешь пойти погулять?»

И я неожиданно для себя ответила: «Да, хочу».

И мы собрались прогуляться. Мы вышли на длинную улочку, которой обычно мы ходили днём на пляж. Мы шли и было так тихо и так пусто. Ни одного человека. Только тишина и свет фонарей. И я сказала:

— Как будто мы во сне. Никого нет... Или как будто мы уже умерли и вот так идём, взявшись за руки. Идем к свету.

— Это грустно, если после смерти мы будем совсем одни и не встретим там Соню... — ответил Саша.

— Нет, встретим! Вот сейчас дойдём до перекрёстка и за углом встретим Соню!

И тут по дороге впереди проехала машина.

— Вот и все. Волшебство закончилось. Мы не одни тут.

Когда мы дошли до перекрёстка, Саша снова обнял меня. И так мы стояли какое-то время. На пешеходных дорожках все так же никого не было. И только редкие машины проезжали по дороге.

— Куда пойдём? Налево или направо?

Я посмотрела налево... и направо.

Как-то раз, прошлым летом, мы с Сашей отправились вот так же гулять поздно вечером. Дошли до перекрёстка и повернули налево. И через 100-150 метров увидели семейство ежей! Тогда мы рассказали об этой неожиданной встрече Соне и предложили ей пойти поискать этих ежей всем вместе. Мы пришли на то место уже втроём, где еще недавно встретили маму ежиху и ее детишек. Мы искали их, но так и не нашли.

И я вспомнила, как я тогда жалела, что мы не смогли показать Соне этих милых ежей. И тогда я как будто про себя спросила ее: «А помнишь, как мы ходили, искали ежей вон там?..» и вдруг я как будто услышала ответ: «Может попробовать поискать сейчас?..» и тогда я сразу ответила Саше:

— Налево! Пойдём туда.

Мы повернули налево. Я шла уверенно. Как будто я знала, куда нужно идти... Перешли дорогу. Теперь я шла медленно, оглядываясь по сторонам, надеясь заметить какое-то движение в кустах. «Бусинка, покажи нам ёжика, пожалуйста, если ты меня слышишь!» — вдруг я услышала в голове свою отчаянную просьбу...

Нет, ничего... в прошлом году мы видели ежей там, подальше от шумных кафе и ресторанов. По пути к тому месту такой желаемой встречи стояла скамейка и Саша предложил посидеть. «Ну и ничего, что не найдём их... значит просто посидим...» — подумала я. Это просто внезапное желание, наверное глупо вот так надеяться... и мы сели на скамейку. Я сидела и смотрела на пятно света от фонаря на Земле. И вдруг... я заметила что там, в этом пятне что-то... шевелится!

— Вот он! — я показала на маленькую фигурку

— Кто?... — удивился Саша

— Ёжик! Там ёжик, посмотри!

Мы встали и подошли поближе. Да, это был он. Хорошенький ёжик! Я была так рада увидеть его! Я все говорила про себя «Спасибо, Бусинка! Спасибо, Бусинка!» Мы ещё долго наблюдали за ним. Он аккуратно пробирался сквозь траву и опавшие листики.

Это было маленькое чудо.

Мы шли домой улыбаясь.

Последние дни были такие трудные, мы постепенно теряли веру во что-то светлое, постепенно чувствовали оба как что-то тяжелое и темное опускается все ниже и ниже и казалось, что не было уже шанса на какую-то надежду. А тут, так неожиданно, и я как будто слышала ее. Мне так не хватало вестей от неё!

Последний раз я видела такое чудо очень давно, ещё в мае. Тогда мы поехали отдохнуть за город в нашу «Хижину». Я помню, как приехала туда в очень тяжелом отчаянии. Я тогда все плакала и плакала, и никак не могла остановиться. И я помню, как эта поездка подарила мне надежду. Мы увидели там ёжика, когда гуляли по лесу. И вот, увидев этого ёжика, я сразу вспомнила нашу с Соней любимую присказку на ночь «Я не человек, и не горошек! Я ёжик! Веселый ёжик!» До самого последнего дня, кроме той страшной ночи, мы обнимали друг друга перед сном крепко-крепко и шептали эту смешную песенку друг другу на ушко.

И снова этот «не горошек, а веселый ёжик»! Мне так это было нужно. И теперь весь день я вспоминаю этого милого ёжика.

Сегодня вечером, в то же время мы снова вышли с Сашей на прогулку. Я не надеялась увидеть ёжика снова. Но все же поглядывала по сторонам. А вдруг? И мы снова шли по той пустой улице, снова ощутили странность этого чувства — когда ты идёшь по улице пустого города и ты совсем один. Ни души... Снова мы повернули налево и пошли знакомым маршрутом. Сегодня в уличном кафе отмечали какой-то праздник и поэтому было шумно. Ёжики не любят шум и яркий свет. Наверное, сегодня нам не удастся его увидеть снова...

Мы погуляли немного, потом посидели на лавочке. И направились к дому.

Прошли пару метров, и я снова увидела его! В этот раз я обнаружила ежика немного подальше. Видимо, его пугала шумная музыка в кафе, и он перебрался сюда. Мы снова стали наблюдать за ним. Он очень забавный.

Мы шли домой и снова улыбались. И мы знали, что Соня с нами. Она тоже видит этого милого ёжика.

А может быть, в этот раз она нас позвала посмотреть на него?

Моя мама почти закончила рисовать Сонин портрет.

Это очень красивая картина, на ней Соня спит рядом с лисёнком в осеннем лесу. Я нарисовала эту картинку в Фотошопе, а Мама теперь повторяет ее масляными красками на холсте.

Мама рисует каждый день. С самого утра до позднего вечера. Я вижу, как ей это нравится. И я рада, что ей нравится. И я уверена, это ее лучшая картина. На ней Соня как живая...

Иногда, когда я смотрю на неё или когда делаю что-то в память о Соне, мне кажется, что она в эти моменты жива. Как будто эта наша энергия творчества чудесным образом позволяет жить Соне. Да, как будто на этой картине теперь живут Соня и лисёнок.

Пока я создаю что-то, думая о ней, посвящая ей новую работу, я всегда так увлекаюсь процессом, что ничего вокруг не существует для меня. Может это оттого, что я не могу отпустить Соню? Оттого, что я боюсь растерять даже маленькую частичку ее энергии. Или оттого, что в такие моменты я чувствую и верю, что память о ней живет, как будто наша любовь поддерживает ее?

И глядя на маму, склонившуюся над своей картиной много недель подряд, я понимаю ее вовлеченность.

Несколько вечеров подряд нам везло, и мы с Сашей видели милых ежиков на прогулке. Я уже нарисовала пару иллюстраций. На обеих картинках рыженькая Соня и лисичка. А теперь мне захотелось нарисовать новый сюжет — Соня и ёжик. И если мне удастся это, и у меня хорошо получится, может быть, Мама решит нарисовать новую картину, где будут жить Соня и ёжик?

2 октября 2022

День 160. Боль

Сегодня 2 октября. Сегодня ночью будет ровно 7 месяцев...

До конца этого дневника, длиною в 170 дней, осталось всего 10 дней. Почти полгода я писала свои истории каждый день...

Зачем? Чтобы чувствовать, что я ещё жива. Чтобы осознавать реальность. Даже такую страшную.

Я дала себе это время чтобы жить. Я обещала себе и близким, что до конца этого периода я буду жить и буду пытаться найти смысл в этой новой, такой странной жизни. Я только надеялась, что я не сойду с ума за это время. Может поэтому мне так помог этот дневник. Каждый день я записывала происходящее в моей голове, описывая события и людей своей простой жизни. И это простое действие как будто удерживало меня на Земле. В реальности. В сознании.

Как я могу описать одним словом это время?.. вот это слово — Боль.

Я думала, что боль будет затихать или как-то изменяться. Я не могла поверить, что можно жить с такой болью каждый день.

Я ошиблась.

Она никуда не уходит.

Наоборот, она прочно обосновалась в самом центре меня.

Сначала она была как будто повсюду и вокруг меня. А теперь как будто просочилась внутрь, укладывается там слоями, один на другой. И теперь как будто эта боль — центр меня, а я уже вокруг неё. И теперь мне иногда даже кажется, что так и было всегда. И без неё теперь никак нельзя. Она не ушла, не исчезла и даже не притихла.

Все это случилось не 7 месяцев назад, а вчера. Это всегда теперь будет так. Моя доченька погибла вчера. И я помню эту ночь так, как как будто это было вчера.

Боль не исчезает — даже в конце этой моей истории, длиной в 170 дней.

Чему я научилась за это время?

Я не уверена... иногда мне кажется, что ничему. Иногда мне жаль разочаровывать родных и близких. Ведь я не извлекла никаких уроков, не стала больше ценить жизнь, не поняла высшей мудрости. Не обрела надежду на лучшую жизнь, не уверовала в Бога. И даже не нашла свой Путь, не поняла своего Предназначения. Никакого хэппи-энда не случилось.

Я смотрю альбомы с Сониными фотографиями каждый день. Я плачу каждый день. И иногда бывают очень тяжелые дни, когда я не могу остановить слёзы. И в такие дни я ненавижу себя больше чем обычно и прошу небеса о смерти или о любом справедливом наказании. Нет ничего хуже, чем потерять своего самого любимого человека и знать, что ты сам в этом виноват.

Иногда я много рисую или занимаюсь другим творчеством. Порой мне это помогает, а порой не помогает ничего.

Я работаю каждый день. Сейчас работы стало больше, я помогаю Саше и учусь выполнять его задачи. Стараюсь вникать в текущие дела, разбираться в новом оборудовании. Чтобы быть готовой перенять у него дела, если так случится, что его заберут воевать. Работы много. Но мне нравится быть полезной. Я хотела бы помогать Саше больше.

У меня до сих пор нет никаких четких планов, чего бы я хотела сделать или куда бы я хотела поехать. Из-за судебных запретов, а теперь ещё военных действий, я

не уверена, что это будет вообще теперь возможно — поехать куда-то... Но если мы будем ещё живы, и война не разрушит все то, что у нас есть сейчас, то будущим летом я бы хотела увидеть Алтай. Или Байкал. Или Камчатку.

Я не решила по поводу поступления на психфак, не решила хочу ли я жить в своём доме за городом или в центре города. Я не уверена, что я вообще захочу остаться жить в Питере...

Что во всем этом осталось для меня? Одни сплошные «не знаю», «не уверена», «не решила»... Что же я знаю? В чем я уверена? И что точно для меня сейчас реально и необходимо?

Реально то, что я ещё жива. То, что я не сошла с ума. То, что я не спилась, не опустилась морально, не стала наркоманкой.

Реально то, что я люблю Сашу и хочу быть с ним пока ему это будет нужно. Реально то, что для меня важны его желания, его нужды. И ради его желаний я готова делать все что от меня потребуется.

Реально то, что у меня есть родители, которым тоже тяжело и мне кажется, что я иногда им могу чем-то помочь и чуть-чуть облегчить их боль. А иногда оказывается, что моя помощь — это просто не оттолкнуть помощь и заботу от родных людей. Позволить им помочь себе.

Наверное, все это тоже своего рода мужество. Жить после такого...

Нет, я не преодолела свою боль. Я не превратила ее в дар. Не извлекла из неё высшую мудрость.

Мое мужество, наверное, как и для Саши, в том, что мы просыпаемся каждый день, когда хотелось бы больше не просыпаться. Быть мужественным — это значит не отворачиваться от своей боли, не убегать от неё, не изменять своему сердцу, даже если теперь оно разорвано на миллион кусков. И помнить, что даже такое сердце все ещё сильное, потому что оно до сих пор умеет любить.

Быть мужественным — это не отвернуться от близкого, которому так же плохо, как и тебе. Не отвернуться, вовремя вспомнить, поверить в то, что ты сильный и можешь помочь ему прямо сейчас.

Быть мужественным — это признать, что тебе больно, плохо, невыносимо. Не прикрываться красивыми установками в духе позитивного мышления, а дать боли проявиться, дать ей столько времени и места, сколько необходимо.

Это значит терпеть. А когда сил уже нет, плакать, кричать, забыться в печали, уснуть на подушке, мокрой от слез, а утром проснуться и снова жить этот новый

день. Ради себя, ради любимых людей. Потому что ты нужна им. А они — нужны тебе.

Быть мужественным — значит рассказывать эту историю. Страшную, тяжёлую, полную слез историю о том, как теперь жить, когда центр тебя и ты сам — это боль.

3 октября 2022

День 161. Рубеж

Сегодня 3 число.

Эта ночь была одной из самых тяжелых. Весь день был напряженный. А ближе к 22:00 я стала постоянно смотреть на часы. Саша заметил это и понял, что я уже не смотрю фильм, я уже вся в своих мыслях. И тогда он остановил кино. И я уже не могла сдерживаться. Я плакала не переставая. Я знала, я помнила по минутам, что происходило в тот страшный вечер.

Вот я забрала у Сони телефон... вот отложила его, потому что до последнего не хотела в него смотреть. На часах 22:30. Уже скоро начнётся эта мука для неё. Уже скоро мы будем допрашивать нашу девочку до самого конца.

Вот на часах 23:00, назад дороги нет. Я открыла ее телефон...

Я все плакала, вспоминая все те страшные вещи, что мы говорили ей в тот вечер. Мне было так жаль ее... Я помню, как постепенно, минута за минутой, я подводила ее к этому страшному решению. Почему она не плакала?... Ни единой слезинки... Ей даже не было жаль себя. Она даже не перечила ни разу, не оправдывалась. Она слушала нас и наверное, все больше убеждалась в том, что она плохая, что это она все испортила, это она сделала нас несчастными.

Я просидела так до полуночи. Плакала и повторяла эти наши слова и проговаривая вслух наши действия в ту ночь. Потом я ушла к себе. Саша был вымотан. А я не могла спать, хотя чувствовала ужасную усталость.

Я села на кровать и продолжила вспоминать. Я как будто рассказывала ей о том, как все было. Я рассказала ей о том, что было после ее просьбы выйти. О том страшном звуке упавшего тела, о том, как она лежала на мерзлом асфальте с переломанным телом, беззвучно хрипя, о том, как врачи пытались ее спасти. Все до

самых мелочей. И так 1,5 часа я рассказывала ей обо всем, что произошло. Я не жаловалась, я просто рассказывала, как это было.

Вот на часах 1:45 ночи. «К сожалению, она умерла» — это слова врача скорой помощи. Теперь она свободна. Ей больше не больно и не страшно. 2,5 часа мучений. Страх, стыда, чувства вины. Безвыходности, душевного кошмара. Который в итоге закончился для неё.

Я стояла на коленях и просила ее простить меня. Говорила о том, как я люблю ее и как сожалею обо всем, что сделала плохого, жестокого и глупого и наоборот, о том, чего не сделала — доброго и мудрого. О том, что была такой плохой мамой для неё. О том, что не поняла ее, не помогла, не защитила. А вместо этого наоборот, толкнула на этот страшный шаг.

Так закончилась эта ночь со второго на третье. Ночь, которая повторяется для меня не раз в месяц, а каждую ночь.

Ещё один рубеж пройден. Прошло 7 месяцев со дня ее смерти. И сейчас мне кажется, что это только самое начало этого жуткого кошмара.

4 октября 2022

День 162. 2,4 секунды

Упавшее тело с высоты 28 метров (высота 11-го этажа) пролетит это расстояние за 2,4 секунды...

Раз.. два... три. все...

2,4 секунды вечности. Они будут длиться до конца моей жизни.

Надеюсь, не очень долгой.

5 октября 2022

День 163. Дети хороших мам

Ты заслуживала хорошей, доброй мамы. Ты была настоящим ангелом. Жаль, что ты выбрала такую как я...

Я была плохой дочерью. Плохой женой. Плохим другом. И плохой мамой... Я заслужила все это. А ты нет. Это я должна была умереть. От рака или от несчастного случая. А ты должна была жить. Зачем такой мир, в котором плохие, жестокие люди живут, а добрые и любящие страдают от этой жестокости, а потом умирают такой страшной смертью?

Зачем я все ещё живу? Я сделала столько ошибок. Фатальных, непростительных ошибок, я сделала столько людей несчастными. Я потеряла тебя. Зачем теперь я продолжаю жить?..

Дети хороших мам не совершают самоубийств.

6 октября 2022

День 164. Искушение

Какое-то время назад я спрашивала себя — чего я на самом деле хочу? Я разрывалась на тот момент между двумя противоположными вариантами: жить или умереть. Я хотела родить ребёнка и даже надеялась, что это будет Соня, ее Душа, которая, возможно захочет вернуться и попробовать прожить новую жизнь ещё раз.

Теперь я знаю, что это не возможно, она никогда не вернётся сюда. И теперь только я могу вернуться к ней. И порой мое нестерпимое, сковывающее сознание, чувство вины диктовало мне новую реальность: ты виновна, и поэтому должна умереть. И тогда я просила Бога и даже святую Софию о смерти.

Теперь, спустя дни и недели я все чаще прошу об искуплении. Я не знаю в чем бы оно выразалось, в смерти, боли, болезни, в новом испытании... Но я чувствую, что только искупление может дать мне шанс на продолжение этой жизни. Я думаю, что никогда не смогу простить себя за то, что сделала. И только страдания способны дать мне возможность отплатить за ту сильную душевную боль, которую я принесла моему ребёнку.

Я не могу убить себя... Я думала о самоубийстве очень много. Я представляла, как выпью таблеток, обниму покрепче единорожку, Сонину любимую игрушку, и сожму в руке Сонину фотографию и буду думать о ней, ожидая нашей скорой встречи. Меня останавливает даже не страх боли, высоты или мучительной смерти. Я не хочу принести новые страдания тем, кто останется жить. Эти

люди любят меня и им будет невыносимо больно, если я сделаю это. Я передам эту умноженную на двое боль тем, кто останется жить.

Кроме того, теперь это кажется мне слишком гуманной и простой мерой. Натворила дел и сбежала — вот, как мне кажется, это будет выглядеть. Всем будет ещё больней. Возможно, это даже убьёт их.

Поэтому теперь я прошу об искуплении, в чем бы оно не выразалось. Часто я осознанно не ем очень долго, чтобы испытать это чувство лишения, чтобы наказать себя. Я похудела на 10 килограмм и стала выглядеть на 10 лет старше. Расчесывая волосы, я вижу целые пряди волос, которые остаются на расческе. Я уже потеряла треть волос, а те, что остались на треть поседели. Но это меня теперь не волнует.

И вместо обеспокоенности, я улыбаюсь, думая про себя: может быть это какая-то неизлечимая болезнь? Может Бог услышал меня и подарит мне искупление в болезни?

Но иногда мне приходит новая мысль. А что, если эта моя долгожданная неизлечимая болезнь, которая заставит меня страдать, в итоге причинит новую боль Саше и моим родным? Ведь это снова горечь потери и утраты для них. Что если мое желание страдать — это снова эгоизм и гордыня, которые прячутся за маской жертвы? Ведь в конечном итоге — эта боль будет предназначена им, невинным людям, которые и так сейчас очень страдают?

Я думаю о том, что прошло больше семи месяцев с момента смерти Сони. Но я только в самом начале пути. И порой мне кажется, что этот путь сейчас ведёт меня вниз. В тяжёлую тёмную яму депрессии. Из которой мне нужно будет искать выход, если только у меня хватит на это сил.

Иногда я хочу опуститься на это самое дно, в эту тёмную и страшную реальность. Иногда я хочу понять и почувствовать в полной мере то, что чувствовала Соня в ту страшную ночь. Весь этот ужас, весь этот страх, стыд, эту мучительную боль, безысходность. Я хочу это почувствовать, чтобы встать перед этим выбором, как стояла она. Одна, без поддержки, без помощи.

Этот путь продолжается. И порой я теряю надежду, что он завершится чем-то хорошим. В таких историях не бывает счастливого конца.

Может быть я буду жить и испытывать все это до самой смерти. Может быть, станет даже хуже. Может быть, это сведёт меня с ума. Может быть, в этом смысл остатка моей жизни? Может быть я ещё осознаю какие-то важные вещи на этом пути. Может быть мне ещё суждено сделать что-то важное.

Каждую ночь я сажусь напротив фото моей Сони, зажигаю свечку и говорю с ней. Верней, говорю только я... Как и когда-то, когда она была жива и приходила ко мне «побубнить». Это означало, что она задаст мне какой-то непростой вопрос о жизни, а я отвечу ей честно. И потом долго буду рассказывать о чем-то философском. А она будет долго слушать меня.

И теперь я начинаю наш с ней разговор с фразы «Вот и ещё на один день я стала ближе к тебе»...

7 октября 2022

День 165. Мой максимум

«Воспитывая ребенка, невозможно сделать тысячу и одно дело. Можно сделать только тысячу. Каждый родитель делает столько, сколько может. На большее он не способен.»

Отрывок из книги «Молчаливое горе» Кристофера Лукаса.

Я очень старалась. Я не должна забывать об этом. Я стала забывать хорошее. Это неправильно. Наша жизнь состояла в основном из хорошего. Хоть я и вносила в нашу общую жизнь негатив, страхи и критику. Это правда. Но я старалась.

Страхи и критика возникали оттого, что я видела безрезультатность своих усилий. Это очень выматывало. Я очень жёсткий человек. Я строга к другим и к себе. Я знаю, что эта жёсткая критика убивала самооценку моему ребёнку. Теперь знаю. Но теперь уже поздно. И теперь я понимаю, что я ошибалась, когда относилась к ней так, как к себе. Эти жесткие, бескомпромиссные установки хороши для меня. Но для неё они были губительны. Мы были с ней очень разные.

Я не понимала этого. Я была уверена, что каждый человек рождается с одинаковыми базовыми навыками и возможностями. И я думала, что только труд и упорство помогает каждому из нас стать сильнее, умнее, лучше, способнее. Теперь я знаю, что это не так.

Мы все рождаемся очень разными. С совершенно разным набором черт, качеств, способностей и возможностей. И труд, упорство, упрямство тут не причём. По крайней мере, это не главное.

Удача. Если повезло получить сильный характер и способности, то у такого человека есть больше шансов создать и сделать то, что предназначено ему судьбой. Но с него и выше спрос.

Я требовала от неё того, что она сделать не могла. Не потому, что она не хотела, просто физически не могла. И вместо того, чтобы это понять, я давила все больше и так загнала ее в угол. И та ссора была последней каплей. Она почувствовала себя в полной мере ничтожеством, плохим человеком, неудачницей, никчемной. Той, кто приносит разочарование. Разве могла девочка в 11 лет пережить такую душевную боль?

Я очень ошиблась. Я судила по себе. Я занималась обучением, воспитанием, здоровьем, развитием. Я чувствовала огромную ответственность за результат, которого не было. Что бы я ни делала, ничего не получалось. Я пыталась, злилась, чувствовала вину, пыталась снова. И так по кругу, снова и снова.

И я вспоминаю, что злилась не на отсутствие пятёрок, и не на наличие двоек. А на то, что ей как будто было все равно... И тогда я снова сравнивала ее с собой. Вспоминала себя, как я сама по несколько раз вырывала листы в тетради, чтобы написать хорошо, как сидела над задачей часами, чтобы решить ее, а когда решение не давалось, то шла к своей бабушке-математику на другой конец города, не только чтобы решить эту конкретную задачу, чтобы понять, как решать все такие задачи. Вспоминала себя, как я переживала, когда получала редкую тройку, и как старалась исправить ее. Двоек в своей жизни я не получала и вовсе. У меня не было других примеров. Поэтому я сравнивала с собой. Я помнила цену терпению и упорству. Я помнила важность амбиций и упрямства в достижении своих целей, с самого раннего детства. И вот я видела тщетность своих усилий и, как мне казалось, отсутствие необходимых усилий со стороны Сони. Мне казалось, что это просто какое-то безразличие. Это больше всего меня удивляло и злило.

Но Соня... она была совсем другая. И я совсем не понимала ее. Я совсем не понимала, что происходит в ее головке, о чем она думает? Чего она хочет? Что для неё важно в жизни? Слышит ли она меня? Понимает ли она меня? Осознаёт ли она серьезность своего положения?

Я не знала ответов на эти вопросы. Я только видела очень наивную, покладистую и нежную девочку, ведомую и ранимую. Которую каждый может обидеть, обмануть, использовать. Я обижала ее своей критикой. Это так. И сейчас я чувствую жгучий стыд за каждое жестокое слово, сказанное ей в гневе, когда я в очередной раз понимала, что мои нескончаемые усилия были напрасными.

Что теперь остаётся мне? Не забывать и многое хорошее, что было между нами. Не забывать, как я любила ее, а она меня. Не забывать, что я просто человек, да ещё и очень сложный человек, который не знал, что такое любовь до встречи с ней и ее папой. Не забывать о том, что моя злость, гнев и жестокость — это мои спутники на всю жизнь. Я жила с этими чувствами, и как будто родилась с ними. Не забывать о том, что я не хотела для неё такого исхода, о том, что я никогда не желала ей боли.

Я действовала реактивно, это правда. Часто я поддавалась эмоциям. Я злилась, расстраивалась, думала о плохом и так боялась плохого исхода, передавая эти страхи ей. И это тоже правда. Могла ли я поступать иначе?

Иногда происходит какое-то событие — ссора, неприятность, подлость или несправедливость. И я не могу контролировать себя. Меня в прямом смысле трясёт от гнева, от возмущения. Столько во мне жестокой силы. Такая разрушающая сила во мне.

Но я помню, точно знаю, что я не испытывала такого по отношению к Соне. Я никогда не чувствовала злость или гнев по отношению к ней. Что я чувствовала, так это подавленное разочарование. Безысходность. Безвыходность. И страх за неё. И я боюсь, что передала эти чувства ей, заразила ее этим. И это и стало причиной ее мучительных переживаний, которые привели ее к смерти.

Я хочу сказать, что я такая какая есть. И даже сейчас я не могу изменить себя. Даже сейчас я не могу остановиться. Это все — часть меня. И я не могла и до сих пор не могу выключить эту злость внутри себя.

Я надеюсь, что однажды я стану чуть ближе к осознанию того, что я не самый плохой человек на свете. Что я такая, какая есть. И я никогда не желала своему ребёнку боли и страданий. Наоборот, желая избавить ее от них, я старалась сделать ее сильнее, успешнее, упорнее, значимей. Но я использовала ошибочные способы. Те, что сделали меня мной. А ее они убивали.

То, что я делала — это был мой максимум на тот момент. Это сложно принять, хоть это и правда. Я сама в это не могу поверить и принять душой, но разумом понимаю, что, наверное, это так и есть.

Мы делаем все что можем. И иногда у нас получается. Иногда удача на нашей стороне. Иногда нет. Если бы речь шла о какой-то бытовой жизненной ошибке, то я первая бы выдала совет о том, что нужно сделать выводы, встать и идти дальше.

Но это не просто неудача. Это фатальная ошибка. Это крах всех надежд. Это потеря самого дорогого. самого важного в жизни. Это потеря цели и смысла жизни. И за это несу ответственность только я одна. Смогу ли я жить с этим? Смогу ли простить себя? Смогу ли справиться с этим парализующим чувством вины, которое не позволяет даже надеяться на жизнь после ее смерти?

8 октября 2022

День 166. В чем смысл?

Теперь, когда в моей жизни больше нет смысла, я ищу его в других. В близких, любимых людях.

Я внимательно наблюдаю за реакциями и желаниями Саши и своих родителей. Чего они хотят? Это такое маленькое счастье, когда они чего-то хотят... Потому что если это можно купить или достать или исполнить, это же чудо... Я не могу исполнить своих желаний, потому что они никак не связаны с реальной жизнью. Но я могу попытаться исполнить желания близких любимых людей.

Когда-то я рассказала Саше о том, что возможно, однажды хотела бы увидеть прекрасные Уральские горы, эти лавандовые поля, кристально-чистые озёра с отраженными в них горами, водопады среди дымки тумана над горами. Чуйский тракт — одна из самых красивых трасс мира. Ее протяженность — 900 км. Я читала об этих местах и смотрела видео, снятые путешественниками. Есть что-то особенное в этом месте. Какой-то покой, я не могу этого понять, но я чувствую, что мне нужно побывать там. Как будто я уже была там когда-то, и теперь меня как будто тянет туда, как домой. Место силы.

Саша так проникся этой моей фантазией, что стал в подробностях представлять и планировать это путешествие. В итоге эта, казалось бы, бесплодная моя мечта, вылилась в осознанное желание совершить путешествие по всем этим прекрасным местам на собственном автомобиле.

Мы всегда любили путешествовать с Сашей на машине. Мы оба нежно любим нашу Марусю, спортивную машину с очень низкой посадкой. На такой машине можно путешествовать разве что по идеальным европейским дорогам, но никак не по холмам и предгорьям дикой российской глубинки. Так родилась мечта купить удобную, надежную машину для этого особенного путешествия. И Саша стал искать, выбирать такую машину. Я видела, как его увлекает и занимает эта

новая идея. Ведь это будет его первая крупная настоящая покупка. Раньше у него не было такой финансовой возможности. И вот она появилась.

В то же самое время мои родители обмолвились о том, что тоже давно мечтают об одной машине. Но недавно они узнали, что полюбившееся авто скоро будет снято с производства, так как производитель решил изменить дизайн кузова. Остались последние машины у дилера. Финансовой возможности купить прямо сейчас этот автомобиль у них нет, и выходит, что эта мечта о покупке так и останется для них мечтой, которой, к сожалению, уже не суждено будет сбыться.

Узнала я об этом от Саши. Он спросил, не против ли я, если он одолжит моим родителям деньги на эту столь желанную ими покупку. И я решила, что хочу помочь им и дать половину стоимости на покупку. Так мы и решили с Сашей — половину подарю я, а другую половину даст Саша на долгое время в долг. Пусть их мечта исполнится.

Мама была так счастлива, когда узнала о нашем предложении. Она даже расплакалась. С папой все сложнее, он не очень умеет выражать свои чувства. Но мне было достаточно увидеть счастье в маминых глазах.

Через пару дней автомобиль-мечта стоял под окнами дома. Они, кажется, стали хотя бы на время чуть-чуть счастливее. Со временем папа расслабился, всецело осознав, что мечта исполнилась и тоже стал радостный и был нам очень благодарен.

Теперь настала очередь исполнить нашу мечту.

Я вижу, что моя фантазия о путешествии через всю страну окрепла и превратилась в обоюдное желание. И я хочу верить, что это желание может исполниться. Только надо разрешить этому случиться, не бояться, не откладывать. Помнить о том, что наша жизнь очень скоротечна и все может закончиться в один миг. В любой миг.

Я порой готова отказаться от этой идеи, по инерции не решаясь, или думая о том, что я не достойна этой радости. Теперь, когда эта идея «заразила» и Сашу, он продолжает мечтать. Теперь он подкрепляет эту мечту своим намерением, постепенно делая ее осуществление все более возможным. И это большая удача, что мы можем позволить себе эту радость — разрешить себе уехать вместе. Уехать далеко-далеко, чтобы увидеть новые, прекрасные места, почувствовать силу нашей земли, может быть почувствовать и понять что-то новое о себе, друг о друге, о своём пути и о смысле нашего существования.

Может это единственное, что я теперь могу делать? Стараться помочь исполниться мечте. Пусть не моей. У меня их нет больше. Но капелька радости в чужих глазах

даже на мгновение и осознание того, что и ты причастен к этой радости — очень важно. Может только это и важно сейчас?

Теперь я ценю каждый миг с Сашей. Я часто прикасаюсь к нему, обнимаю его, сижу, бывает, обняв его. Такое редко случалось раньше. Или вот смотрю на него, как он смеётся, когда шутит и тоже смеюсь вместе с ним и думаю: «Какой он красивый!»

Какое счастье, что у меня есть эти моменты маленькой радости, теплоты и любви. Наверное, это и есть смысл моей жизни сейчас.

9 октября 2022

День 167. Жизнь вечная

Пару месяцев назад я решила, что сделаю сайт для Сони. Вернее, сайт у Сони уже был, но он создавался, когда она училась еще в 3-м классе для того, чтобы выкладывать ее школьные работы для учителей во время карантина.

Карантин закончился и потребности в сайте уже не было. А домен, купленный на ее имя, остался.

И мне хотелось сохранить этот именной домен и собрать все-все, все фото и видео, все ее работы, рисунки, анимации, сделанные для неё презентации, альбомы и видео-открытки. Все, что было о ней и для неё, все к чему она прикасалась и все, что она любила. И сегодня я решила реализовать эту идею. Я хочу сделать это. Для себя, и для неё. Я решила сделать это, чтобы ни одна частичка, из которых состояла наша счастливая жизнь втроём, не потерялась, не забылась. Чтобы всегда можно было посмотреть любимые фото или видео, просто открыв этот сайт.

Я надеюсь, успеть все закончить к 12 октября. Подарить ей этот сайт на ее День Рождения, как символ жизни вечной. Моя мама пишет Сонин портрет. Я нарисовала его в Фотошопе, а Мама теперь пишет его на холсте. И когда он будет готов, я заберу его с собой, домой. Я вижу, как маме нравится рисовать. И я вижу, как хорошо у неё получается. Мне кажется, эта творческая работа в память о Соне очень помогает нам сейчас. Вот такие подарки мы готовим для Сони.

Зачем?.. Ведь это все уже не важно. Ее уже нет и ничто не сможет этого изменить. Возможно, я просто не могу отпустить ее? Возможно, я стала одержима ею?.. Возможно, я так пытаюсь попрощаться с ней и сказать ей спасибо за то, что она была

со мной и делала меня счастливой? Возможно, я хочу запечатлеть навсегда тот факт, что мы очень любили ее и она очень любила нас.

Может быть, все что я сейчас делаю — это чувство вины, это скорбь и глубокая Печаль. Может быть это акт долгого нескончаемого Прощания и попытки попросить прощение у неё. Может быть это и правда одержимость — сначала я занималась фотоальбомами, теперь вот делаю сайт.

Возможно, я хочу сказать ей о том, как люблю ее и как я по ней скучаю? Ведь я не сказала ей этих важных слов в ту ночь. И я все думаю о том, что они бы могли все изменить. Если б я только сказала ей тогда, как я ее люблю...

А может быть, я просто хочу иметь возможность вернуться в такое особенное место, где всегда смогу вспомнить о том, что она часто была счастлива. Что мы были очень счастливы все вместе. И мы очень любили друг друга.

Мне кажется, что пока живет память о человеке, пока живет любовь к нему, он жив.

10 октября 2022

День 168. Мёртвый цветок

Саша принёс цветок.

И поставил его в вазу с водой. Очень красивый. Гибридная Роза, нежно розового цвета. Предыдущий цветок жил почти 3 недели. Он высох, но был все таким же красивым. И вот, на его месте новый.

Через сутки цветок стал стремительно увядать. А еще через день умер...

Я так хотела его спасти, но он умирал. Я просила цветочек жить. Я меняла ему воду, подрезала стебель. Но ничего не помогало.

Когда я уже хотела его выбросить, я вдруг заметила, что на стенках стеклянной вазы было мыло. Щелочь мыльного раствора убила цветок, так и не дав ему распусться и окрепнуть. Яд в воде. Как он там оказался? Я не знаю... Возможно кто-то, я или Саша помыли вазу, а мыло смыть забыли. Ядовитая среда убила его.

Но я решила оставить почти мёртвый цветок еще на одну ночь. Я помыла вазу, убедилась, что ее стенки теперь чистые. На утро я заметила небольшой свежий

побег. Маленький зелёный листик пробивался из стебля. Нежные лепестки бутона завяли и поникли, но этот новый зелёный побег... давал надежду на новую жизнь.

Так я стала продолжать ухаживать за внешне мертвым цветком. И каждый день из этого побега стали появляться новые листики! Вот уже несколько дней подряд я стараюсь сохранить эту новую жизнь на внешне мертвом цветке.

Всегда есть надежда.

Даже когда кажется, что все умерло, даже когда кажется, что нет шанса, нет выхода, нет смысла. Даже слабый, умирающий дух способен дать рождение новому. Нужно верить и любить. Я люблю этот цветок. Я каждый день благодарю его за надежду и за жизнь, которую он поддерживает, несмотря ни на что. Я говорю с ним каждый день, как если бы я говорила с Соней. Я хочу верить, что она помогает этому цветку, как и всем нам, верить в то, что это не конец.

И из этого мертвого, почти безжизненного настоящего может однажды родиться новый побег нашего общего будущего. Если мы будем верить в это и продолжать заботиться друг о друге. Тогда у нас тоже появится этот маленький шанс.

11 октября 2022

День 169. Что остаётся

Мы пошли к морю с Сашей.

Волны такие чистые и сильные. Небо ясное и солнце светит.

Так ярко светит, я закрыла глаза и просто слушала шум волн, чувствовала тепло на своём лице. Мы стояли так рядом и каждый думал о своём. Ветер такой сильный.

Но солнце светит.

— Пойдём? — спросил Саша.

— Пойдём...

И мы развернулись в сторону дома.

Сзади шумело вечное бескрайнее море, а сверху светило такое же вечное солнце. А мы шли вдвоём, два маленьких и печальных человека.

— Так и и будем теперь грустить, весь остаток жизни... — сказал Саша тихо.

— Да... — так же тихо ответила я ему.

Немного погодя, он добавил:

— Но ведь иногда нам удаётся немного радоваться, да?

— Да, иногда удаётся... — снова ответила я ему.

Это правда. В этом сейчас вся наша жизнь. Мы теперь всегда грустим. Но иногда, всего на мгновение, нам удаётся уловить маленькую радость.

Шутка, объятие, теплота руки, знакомый любимый запах, взгляд любимых глаз, маленькая победа в любом деле, желание, которое вдруг воплощается, забота о любимом человеке. Все это и есть теперь наша жизнь. Мы живем теперь в темноте, и жизнь наша освещается на краткий миг этой маленькой радостью.

Раньше мы жили и не понимали зачем живем. Живем, чтобы жить. Как все живут. Столько мелких страхов, стресса, злости, жалости к себе, слабости и малодушия. Разве мы ценили то, что мы просто живы и здоровы и что мы все вместе? Я — точно нет. Мне все было мало, я везде видела проблемы, я часто была жестока к своим близким.

Раньше жизнь была похожа на большое светлое поле, и ты не понимаешь куда тебе идти. И вместо того, чтобы искать свой путь и быть благодарным за то, что вокруг такая красота и столько возможностей, ты видишь, и потому боишься только отброшенных теней.

А что теперь? Темнота вокруг. Как будто выключили солнце. И теперь даже днём, ты как будто идешь по тёмной улице, и изредка видишь слабый огонёк впереди. И так и следуешь почти наощупь от одного огонька к другому. От одной маленькой радости к другой. А ночью совсем трудно. Ночью ты наедине со всем своим ужасом и виной.

И что-то мне подсказывает, что сейчас я в самом начале пути вниз, в самую тёмную яму депрессии.

В первые недели и месяцы после случившегося я была в ужасе и шоке, я не верила, не понимала, что это и правда происходит и я надеялась, что этот кошмар однажды кончится. Это не кончилось. И я стала просить о смерти. О болезни, о чем угодно, лишь бы перестать испытывать эти муки вины. Когда я поняла, что спасительной внезапной смерти от сердечного приступа или внезапной неизлечимой болезни не последует, я стала думать о суициде. Часто думать. Как это сделать, где и какими средствами.

Потом я поняла, что если решусь на это, то причину этим поступком ещё больше боли невинным людям, которые любят меня и которым я нужна. Я поняла, что мне придётся терпеть. Притворятся, если нужно. Днём больше сил заставить себя играть роль живого человека.

Но каждую ночь я плакала и мечтала о том, чтобы Бог смиростивился и послал бы мне болезнь или несчастный случай. Чтобы весь этот ужас однажды прекратится, эта постоянная боль «выключилась», и моя душа освободилась бы от этой страшной жизни.

Потом я поняла, что и этому не суждено случиться. И я стала думать о другом пути «выключения». О душевной болезни, о сумасшествии.

Я стала часто смотреть на крышу соседнего дома. Мне стало казаться, что если однажды я смогу увидеть на крыше этого дома Соню, то это будет знак, что мне пора. Я все смотрела и смотрела наверх. И признаюсь, до сих пор поглядываю туда. Но я ничего не вижу...

Я стала думать, почему, если мой иммунитет будет достаточно слаб, то мое тело может заболеть, но моя душа не может «подхватить» безумие, хотя ей так больно? Разве это не недостаточная причина, чтобы сойти с ума? И почему я вообще думаю о том, что это может быть выходом для меня?

Я поняла, что, как и внезапная смерть, это тоже способ «выключения». Ведь в этом случае твоя реальность полностью заменяется альтернативной, и ты уже не несёшь ответственности на за свою жизнь, ни за своё сознание. Может я буду видеть или слышать Соню? Ради такой возможности я была бы готова расстаться с разумом. А может быть я бы слышала голоса, которые приказывали бы мне убить себя. И я бы сделала это наконец. Выходит, что и желание заболеть душевной болезнью — это тоже попытка либо обрести альтернативную реальность, в которой Соня была бы рядом со мной, либо это скрытая попытка за счёт душевной болезни освободиться от ответственности за свой суицид.

Не так давно я первый и единственный раз побывала в психоневрологическом диспансере. Нам нужна была формальная справка для оформления необходимой доверенности. Я видела там разных людей. В основном они были похожи на простых, нормальных, здоровых граждан. Но чуть позже женщина моих лет привела своего отца. Она ежeminутно вынуждена была разговаривать с ним, убеждать, объяснять, успокаивать его. У него явно был какой-то недуг, который постоянно не давал ему покоя. Пожилой человек уже мало заботился о том, как он выглядит, и какие чувства он вызывает в близких и посторонних людях. Он был одержим какими-то идеями, возможно даже паранойей. Мне было жаль его. Но ещё большую жалость вызывало положение его дочери, которая была вынуждена находиться при своём пожилом отце постоянно. И тогда я увидела, что в случае душевной болезни человека, опять страдания и боль ложатся на плечи его родных. И мое тайное желание любыми способами освободиться от существующей реальности — смерть, болезнь или сумасшествие, последствия всего этого тяжёлым грузом снова лягут на тех, кто и так сейчас очень страдает.

И я стала стараться осознанно прививать себе одну мысль — Если Богу суждено послать мне эти испытания, я приму их с благодарностью, зная, что это и есть мое искупление. Но специально вызывать это состояние, или осознанно ослаблять

своё тело и душу, чтобы получить в итоге болезнь — это сродни суициду, который нанесёт большую рану тем, кого я люблю и кто не заслуживает этого.

Значит, остаётся, как и сказал Саша, терпеть пока есть силы, тосковать, если этого просит душа. И ценить эти маленькие моменты радости, следуя от одного такого островка к другому. Маленькими шажками.

Куда мы идём? Чего мы теперь хотим? Зачем живем?
Я не могу ответить на этот вопрос.

Я только знаю, что сейчас я живу для него. Я рада каждой мелочи, которая делает его хотя бы чуть-чуть счастливее. Хотя бы на миг. Этого достаточно — радость в его глазах.

Я хочу, чтобы он жил. Я хочу видеть его глаза, слышать его смех и держать его за руку. Не важно, где и как. Может быть, в итоге мы совершим эту авантюрную поездку через всю Россию и увидим наконец красоты нашей Родины вместе. Может мы займёмся строительством дома и в итоге создадим, наконец, наш единственный островок тишины только для нас двоих. А может быть, мы сможем однажды создать вместе что-то новое, важное, полезное. То, что сможет помочь людям пережить подобный ужас в жизни.

Или мы будем идти вдвоём, вот так просто, взявшись за руки и будем говорить о чем-то, смеяться и чувствовать, что мы — это все, что у нас осталось.

С этим я и заканчиваю свой дневник. Я писала всю правду, все что чувствовала на каждом этапе. Если я злилась, то писала об этом, без цензуры. Если мне было страшно или больно, тоже писала, не приукрашивая. Если надеялась или верила во что-то, тоже делилась этим без сомнений.

Завтра будет последний, 170-ый день моих записей.

Завтра моей Соне бы исполнилось 12 лет. Но ей навсегда останется 11. Мы все приготовили для неё подарки. Мы помним и любим нашу девочку. Это будет самый грустный день рождения из всех, какие были и будут в нашей жизни.

Соня, Сонечка, Буся, Бусинка, Бусечка, Жужечка, Жучок, Пузико моё, Солнышко, мой Рыженький котик... Столько ласковых имён, столько радостных воспоминаний, столько забавных моментов в памяти.

Я все помню — твою улыбку и звонкий смех, наши объятия, все наши шутки. Я помню каждый сантиметр твоего, такого любимого мною тела — густые, длинные волосы с медным отливом, пальчики на ручках и ножках, цвет и запах твоей кожи, длинные реснички и добрые серые глазки. И улыбку. Твою искреннюю, улыбку. Как же нам не хватает тебя... Как же мы скучаем...

Сегодня мы пошли с Сашей к морю и отпустили там радужный китайский фонарик. Ты — наш маленький радужный единорожек, всегда дарила нам радость. Фонарик взлетел, и быстро направился в сторону моря, но почти сразу упал в воду... мы пошли его ловить, но когда подошли к морю, то заметили, что он уплывает вдаль, а затем и вовсе исчезает... может быть ты забрала его?..

Потом мы сидели за столом, я, папа, твои бабушка и дедушка и ели твой любимый торт. Как же ты любила тортики:) Сладкая моя душа. Бабушка нарисовала твой волшебный портрет. Соня и лисёнок мирно спят в обнимку. На картине ты как живая... только спишь. Я и папа часто фотографировали тебя спящую. Ты всегда спала как ангел.

Я сделала сайт для тебя. Там все что я смогла найти о тебе. Фото, видео, рисунки, поделки, открытки, альбомы, твои портреты, все твои любимые фильмы, мультики, игры, книги. Все о моей Соне. О моей девочке. Теперь любой из нас, из тех, кто любит тебя, сможет зайти на твой сайт и там побыть с тобой.

Твой папа сыграл мне «Happy Birthday To You» на гитаре. Ту песню, что ты играла мне и разучивала ее на гитаре для своего последнего концерта.

Спасибо, что ты была с нами все эти годы и делала нас такими счастливыми. Спасибо, что показала, что такое настоящая, безусловная любовь. Спасибо за твою доброту, за любовь, за терпение и нежность. Я никогда не встречала таких как ты.

Будь счастлива там, где ты теперь. Будь свободна и счастлива, наш рыженький котик! Мы тебя очень любим...

Эпилог

Эплог. Прожитая жизнь и начало пути

Как-то однажды искатель забеспокоился и подумал, что надо ему посетить город Каммир. И начал собираться в путь. Он научился придавать большое значение тем чувствам, которые приходили к нему из неизведанных глубин его души. Вот поэто-му-то он оставил все свои дела и отправился в дорогу.

Через два дня пути по пыльным дорогам он уже смог увидеть вдалеке очертания Каммира. Справа от тропинки по направлению к городу, на возвышении про-сматривался какой-то зелёный остров, который привлёк его внимание. Подойдя ближе, он обнаружил, что это холм со множеством восхитительных деревьев, птиц и цветов, окружённый небольшой изгородью.

Он на время позабыл о городе, о том, куда и зачем он шёл, и поддался соблазну немного отдохнуть в этом месте. Искатель вошёл внутрь и стал неспешно продвигаться меж белых камней, которые как будто в случайном порядке были уложены среди деревьев.

Он обнаружил такую надпись на одном из камней: «Абдул Тарег, прожил 8 лет, 6 месяцев, 2 недели и 3 дня». Он понял, что это был не просто камень, а надгроб-ная плита. Он почувствовал жалость при мысли о том, что ребёнок прожил так немного. Оглядевшись, искатель увидел, что и на соседней плите тоже есть над-пись. Он приблизился, чтобы прочитать её. Надпись гласила: «Ямир Калиб, про-жил 5 лет, 8 месяцев и 3 недели».

Искатель был потрясён. Это прекрасное место было кладбищем, а каждый камень — могилой. Одну за другой он принялся читать надписи. Все они были схожими: имя и скрупулёзно подсчитанное время жизни. Но самым ужасным оказалось то, что человеку, прожившему дольше всех, было чуть больше одиннадцати лет. Сильно опечаленный этим открытием, он сел и заплакал.

К нему подошёл проходивший мимо смотритель кладбища. Заметив, что искатель плачет, он спросил, не оплакивает ли он какого-либо родственника.

— Нет, не родственника, — ответил искатель. — Что здесь происходит? Что слу-чилось в этом городе? Почему столько детей похоронено в этом месте? Что за про-клятие лежит на этих людях?

Старик улыбнулся и сказал:

— Успокойтесь. Никакого проклятия нет. У нас есть древний обычай. Когда юноше исполняется 15 лет, родители дарят ему книжечку. Такую, как у меня. Её носят на шее. С этого момента каждый раз, переживая что-то очень приятное, открываешь книжечку и записываешь в ней: слева — что вызвало наслаждение,

справа — сколько длились эти мгновения. И так мы отмечаем в книжечке каждый момент радости. Когда кто-то умирает, нужно открыть книжечку и сложить время наслаждения, чтобы записать его на могиле. Потому что для нас только это и есть действительно прожитая жизнь.

Это притча Хорхе Букая из сборника «Истории для размышлений».

Я прочитала ее давно. Она мне очень понравилась, и я ее запомнила. А сегодня вспомнила. И вот почему.

Сегодня я услышала очень старую, но хорошую песню и подумала:

«Какая старая, но такая хорошая песня! Наверное, ее автор давно умер... как жаль...»

«Почему жаль? Мы все смертны. И рано или поздно все умирают.»

«Как это не важно? Кто-то живет 100 лет, а кто-то 10...»

«Не важно сколько прожил человек... Важно, сколько после него осталось.»

Соня прожила хоть и короткую, но я верю, очень важную жизнь. Она оставила и ещё оставит после себя так много. Как минимум, здесь останутся двое любящих ее людей. И я думаю, мы переменимся очень сильно. И, может быть, создадим в итоге что-то хорошее, важное, полезное. Я надеюсь, даже поможем кому-то. Или хотя бы друг другу...

Прошло ровно 170 дней с того момента, как я начала свой дневник. И теперь, спустя полгода, я понимаю, что это было правильное решение. Мне это очень помогло. Иногда я делилась им с Сашей, иногда с моей мамой. Они благодарили меня за эти грустные, а иногда обнадеживающие истории.

Теперь я понимаю, что это не давало мне отвернуться от них, и от самой себя. Это давало мне возможность чувствовать связь со всем, что для меня когда-то было дорогим, не забыть об этом, не опустить руки, не окунуться в темную печаль с головой. Но я так же понимаю, что это только самое начало трудного пути. Порой я понимаю, что я в гневе, потом в отрицании, когда продолжаю надеяться на то, что Соня каким-то чудом вернется к нам...

Сейчас, спустя полгода моих записей, и спустя 223 дня с момента, когда в нашей жизни произошло это страшное событие, я понимаю, что я только сейчас подбираюсь к этому тёмному и трудному этапу горя — я чувствую приближение депрессии.

Поэтому, чтобы дать себе шанс, чтобы поддержать саму себя, я продолжу этот путь. Тем более, что для меня это оказалось очень действенным способом — про-

сто писать о том, что я чувствую, что я думаю, во что верю и на что надеюсь, именно тогда, когда так больно.

Боль не уходит. Она остается со мной. Возможно, она останется навсегда и станет теперь частью меня. Моя память о Соне и моя боль, что ее больше нет и никогда не будет. Говорят, время лечит... Возможно, это правда. Но не для меня. Для меня это случилось вчера. И пока мне трудно поверить в то, что это когда-нибудь изменится.

Сейчас каждый прожитый день — это победа. И теперь я понимаю, что мне необходимо больше времени.

Теперь я начну новый отсчет. Новые 170 дней.

Мои **«170 дней. После»**.

И мне обязательно снова нужно будет дожить до их окончания.







Эту книгу можно бесплатно скачать
в других форматах на сайте

www.170days.ru

Напишите мне, если у Вас есть вопрос или Вам просто нужно поговорить о том,
что случилось. Мы можем помочь себе, помогая близкому человеку в горе.

Я верю, что вместе у нас больше шансов справиться.

hello@170days.ru