

Ирина Журавлева



Журавлёнок

**«Исповедь женщины,
которая научилась летать»**



Ирина Журавлёва
Журавлёнок. Исповедь
женщины, которая
научилась летать

<https://litres.ru/73872485>

ISBN 9785006982772

Аннотация

От девочки, мечтавшей о небе, до женщины, прошедшей через потери, болезнь и предательство. «Журавлёнок» — честная история о том, как падать и подниматься, искать знаки и находить опору там, где не ждёшь. Это книга о доверии миру, о белом пере как символе веры и о счастье, которое всегда оказывается проще, чем мы думали.

Содержание

Пролог	5
Практика. Три слова	7
Часть первая.	8
Глава 1. На Сергеляхе	8
Практика. Место силы	13
Глава 2. Тоненькие ножки	14
Практика. Что моё, а что нет	15
Глава 3. Первые деньги	17
Практика. Монета	20
Глава 4. Кровь	21
Практика. Карта рода	22
Глава 5. Бабушка, которую я не видела	24
Практика. Разговор с тем,	26
Глава 6. Тайтрук	27
Практика. Шаг доверия	29
Глава 7. Сестра Анна	30
Практика. Светлое воспоминание	31
Глава 8. Вкус черешни	32
Практика. Твоя победа	37
Глава 9. Берлинский ветер	38
Конец ознакомительного фрагмента.	42

Журавлёнок

Исповедь женщины, которая научилась летать

Ирина Журавлёва

*А можно в моей жизни уже что-нибудь
произойдёт для счастья, а не для опыта?*

Корректор Елена Кормильцева

© Ирина Журавлёва, 2026

ISBN 978-5-0069-8277-2

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Пролог

Кухня в Калининграде распахнута балтийскому небу. Оно здесь всегда такое низкое, задумчивое, будто решает: разрыдаться или просто вздохнуть. 2025 год. Искусственный интеллект пишет музыку, машины ездят без водителей, человечество уже забыло, как жило без интернета. Однако внутри меня всё те же вопросы, что и полвека назад: зачем всё это? Сколько можно падать, чтобы снова подниматься?

Собирать себя по кусочкам, склеивать, словно разбитую чашку, делать выводы, становиться сильнее, благодарить за преподнесённые уроки — и вновь оказываться на дне. Каждый раз новая проверка на прочность. Усталость накопилась такая, что дрожат колени, перехватывает горло, наваливается пустота. Не хочется ни плакать, ни кричать. Только бы тишина.

Люди вокруг твердят: «Какая ты мудрая», «Как ты всё выдерживаешь», «Ты настоящий пример». Мне не нужно быть примером. Мечтаю просто жить спокойно, тихо, без того чтобы каждые пять лет жизнь хватала меня за шкирку и швыряла в очередную яму. Из неё надо выбираться с гордо поднятой головой, с разбитыми в кровь ладонями, с улыбкой, приросшей к лицу, как вторая кожа.

Видимо, у судьбы на меня иные планы. А может, и у меня самой.

Когда начинаешь перебирать эту бесконечную нить от августа шестьдесят седьмого до сегодняшнего утра, вдруг замечаешь, что среди самых страшных испытаний обязательно случалось что-то, что потом оказывалось чудом. Всегда находился человек, протягивающий руку. Непременно Вселенная, Бог или та самая луна, которой я шептала в детстве, подавали знак. Может, опыт и есть счастье? Нет, этой мысли не позволю себя утешить. Боль не должна обесцениваться красивыми словами, жизнь превращаться в поучительную лекцию для других.

Просто расскажу, как это было.

Практика. Три слова

Возьми лист бумаги и ручку. Сядь там, где тебя никто не тронет хотя бы десять минут. Закрой глаза. Сделай три медленных вдоха и выдоха. Отпусти контроль. Позволь всплыть тому, что всплывёт. Самое раннее воспоминание. Не событие, а ощущение. Запах. Свет. Чей-то голос. Прикосновение. Не выбирай, не оценивай. Просто жди. Оно придёт само. Когда почувствуешь, что хватит, открой глаза и запиши три слова, которыми можно описать это воспоминание. Например: «молоко, тепло, руки»; «страх, темнота, скрип»; «солнце, трава, смех». Эти три слова — твоя точка отсчёта. Твоя личная вечность. В них — ты настоящая, та, которая ещё не научилась притворяться. Сохрани эту запись. В трудный день, когда мир станет слишком громким, закрой глаза и вспомни эти три слова. Они вернут тебя к себе.

Часть первая.

Корни

Глава 1. На Сергеляхе

Сосновая смола пахнет детством. Густая, липкая, она въедалась в волосы, в одежду, в самую душу. Я любила прижиматься щекой к тёплой коре и слушать, как внутри ствола что-то шумит, поёт, переливается.

Дача на Сергеляхе стояла в густом бору, почти непроходимом для постороннего взгляда. Деревья там были живыми, тёплыми, дышащими. Белые ночи, когда солнце не решалось уйти за горизонт, а просто присаживалось отдохнуть на макушки сосен и снова вставало, наполняли мир призрачным светом. Темноты не существовало вовсе, лишь короткие сумерки длиною в час, а потом снова день. Этот свет проникал в меня, заполнял до краёв. Я засыпала при солнце, а просыпалась при его первых лучах, и казалось, что так будет всегда.

Папа смастерил гамак между двух толстых стволов. Я мог-

ла качаться часами, глядя в небо. Оно там, на Севере, особенное: глубокое, синее, бесконечное. В нём можно раствориться, потеряться, стать его частью. В гамаке я чувствовала себя птицей. Иногда закрывала глаза и представляла, что лечу над лесом, над рекой, над всем миром.

Папа работал пилотом. Для меня он пах небом и одеколоном, чем-то далёким, мужественным, надёжным. Когда он входил в дом, комната будто расширялась. Он привозил из рейсов гостинцы: диковинные фрукты, шоколад, игрушки, каких в наших магазинах не сыщешь. Но главным подарком были его руки, сильные, тёплые. Он мог подбросить меня до потолка, и я визжала от восторга, уверенная, что он никогда не уронит.

Мама была удивительной. Она успевала всё: работать, шить, готовить, заниматься нами. Энергии в ней было столько, что хватало на всех. При этом она никогда не повышала голоса, не наказывала. Достаточно было одного её взгляда, чтобы мне стало стыдно за проступок.

Во дворе под навесом стоял дощатый стол. Грубый, пахнущий деревом и дождём. Я расстилала на нём старый матрас, приносила книги, которые давала прабабушка Ксения. Читала запоем, пока глаза не начинали слипаться. Мне казалось, что все эти герои, все эти страсти и судьбы приходят

на нашу дачу, садятся рядом и шепчут свои истории.

Белки прибежали каждый день. Смешные, пушистые, с хитрыми глазами-бусинками. Я насыпала в ладошку семечек, и они садились на край стола, осторожно брали угощение тонкими пальчиками и убежали. Потом через минуту возвращались снова. Счастье — это когда тебе доверяют. Я тогда не знала такого слова, но чувствовала его каждой клеточкой.

Каждое августовское утро я брала корзинку и уходила в лес за грибами. Знала каждый закоулок, каждую полянку, каждое укромное местечко, где прячутся маслята и грузди. Тишина, птичьи голоса, хруст веток под ногами, туман, поднимающийся от земли, первые лучи солнца, пробивающиеся сквозь кроны. Я собирала грибы медленно, с наслаждением, будто собирала само время. Потом садилась на траву и мечтала.

О чём мечтает девочка, у которой есть всё? У меня были родители, которые любили друг друга и меня. У нас была дача, друзья, соседи, ставшие родными. По вечерам мы вешали простыню, ставили лампу и устраивали театр теней. Силуэты зверей, людей, сказочных героев плясали на белом полотне, и мы замирали от восторга. Мы сами придумывали истории и сами же в них верили.

Соседи Александра Васильевна и Николай Филиппович Слепцовы были мне как вторые бабушка и дедушка. Я могла зайти к ним без стука в любой момент. У них всегда пахло оладьями и ещё чем-то домашним, чему нет названия, но без чего дом — не дом. Попить чай, пообщаться, просто посидеть рядом. Наш дом и их дом словно перетекали друг в друга. Двери не запирались, потому что воровать было нечего, а делиться — всегда чем.

У них росли дочери Люба и Света. Старшие, умные, красивые. Они возились со мной как с маленькой, читали мне книжки, учили тому, что сами знали. Люба учила рисовать, Света — вышивать. Иногда они просто брали меня за руки и водили по лесу, рассказывая про каждую травинку. Они видели во мне то, чего я сама о себе ещё не знала. Словно заглядывали в будущее и видели там меня — настоящую.

Однажды Света написала про меня стихотворение. Я запомнила его на всю жизнь, каждое слово, каждую строчку. Оно живёт во мне, как тот свет белых ночей.

Я пока что журавлёнок
с пухом на головке,
звонкий голос у меня,
тоненькие ножки.
Мама, папа, вам на радость

скоро-скоро подрасту
и, расправив шире крылья,
в мир прекрасный полечу.
Буду я красивой в маму,
смелой и веселой в папу.
А пока что журавлёнок
с пухом на головке,
звонкий голос у меня,
тоненькие ножки.

Тогда, в детстве, я не придавала этим строчкам особого значения. Ну стихи и стихи. Света любила сочинять, это был её подарок мне на день рождения или просто так, без повода. Сейчас понимаю: она увидела меня настоящую. Ту, которую я потом потеряла где-то по дороге.

У нас не было огорода. В густом сосновом лесу ничего не вырастить, только грибы да ягоды. Но каждое утро мы просыпались, а на крыльце стоял тазик с овощами. Огурцы, помидоры, зелень, иногда даже редиска. Соседи приносили. Мы никогда не знали, кто именно, просто просыпались, а угощение уже ждало. Такое молчаливое, тёплое соседство, когда люди делятся просто так, без просьб, без благодарностей. Так принято. Так по-человечески.

— Кто же это? — спрашивала я маму.

— Добрые люди, — отвечала она с улыбкой. — Их много

вокруг.

Я верила. И до сих пор хочу верить.

Практика. Место силы

Найди в своём доме или рядом с ним место, которое отзывается теплом. Не обязательно красивое, не обязательно уютное в общепринятом смысле. Просто место, где тебе хорошо. Приди туда. Посиди в тишине минуту. А потом задай себе один вопрос: почему именно здесь? Не ищи логический ответ. Просто слушай, что придёт. Может, вспомнится запах. Может, ощущение безопасности. Может, чей-то голос. Это место — твой якорь. Ты можешь возвращаться к нему мысленно в любой момент, когда мир становится слишком громким.

Глава 2. Тоненькие ножки

С первого класса я постоянно ходила на разные кружки. Танцы захватывали меня целиком, ритм и движение становились моей стихией. Помню, как кружилась в зале, юбка взлетала, мир вокруг окрашивался в яркие цвета.

Однажды в наш класс пришли тренеры из спортивной школы. Они отбирали детей для занятий гимнастикой. Меня заметили сразу, оценили пластичность и гибкость, записали без лишних разговоров. Так я оказалась в спортивной гимнастике. Папа водил меня на тренировки за руку. Навсегда запомнила его большую тёплую ладонь, в которой моя маленькая рука чувствовала себя такой защищённой.

Гимнастика оказалась спортивной, не художественной. Там требовались сила и мощь, а у меня их не хватало. Я старалась изо всех сил, но вскоре поняла, что это не моё. В конце концов я ушла.

Зато нашла себя в другом месте — в хоре, в ансамбле. Там я впервые ощутила магию сцены, свет софитов, радость быть замеченной.

Ещё в детстве я записалась в кружок по обучению игре

на фортепиано. Не в музыкальную школу, просто для себя. Родители купили пианино, настоящее, тяжёлое, с блестящими чёрно-белыми клавишами. Я садилась за него, пыталась извлечь хоть какую-то мелодию, но преподаватель оказался жёстким и требовательным, удовольствия это не приносило. Вскоре я бросила занятия. Пианино осталось стоять в углу, однако покупка не пропала даром. Моя младшая сестра Анна пошла в музыкальную школу по-настоящему, училась серьёзно, с душой, добилась того, чего я не смогла.

Сейчас, оглядываясь назад, я понимаю, что каждое «не моё» становилось шагом к себе настоящей. Гимнастика, музыка, танцы — всё это было не зря. Я искала и находила, потом снова искала и снова находила.

Тоненькие ножки несли меня по жизни быстро и легко. Иногда они спотыкались, падали, разбивались в кровь, но каждый раз поднимались и шли дальше. Потому что знали: где-то там, впереди, есть то самое место, где журавлёнок наконец расправит крылья.

Практика. Что моё, а что нет

Возьми лист бумаги. Раздели его на две колонки. Слева напиши «Моё», справа — «Не моё». Вспомни все занятия, которые были в твоей жизни: кружки, секции, работу, хобби,

обязанности. Записывай каждое в ту колонку, куда оно больше подходит. Не думай долго, первое чувство — самое верное. Когда закончишь, посмотри на левую колонку. Что объединяет эти занятия? Может быть, все они связаны с творчеством? С одиночеством? С помощью другим людям? С движением? А теперь подумай: как ты можешь добавить в свою жизнь хотя бы одно занятие из левой колонки каждый день? Всего одно. Пятнадцать минут. И посмотри, что изменится через неделю.

Глава 3. Первые деньги

Лето пахло земляникой и нагретой смолой. Я просыпалась от первого луча, который пробивался сквозь щель в занавесках, и сразу вспоминала, что сегодня начинается что-то новое и важное. Мне было двенадцать, и впереди ждало целое лето, которое я проведу не в гамаке с книжкой, а на настоящей работе.

Мама договорилась с воспитательницей в детском саду. Меня взяли нянечкой. Причём определили не в лёгкую группу, а в младшую, самую хлопотную, где работы всегда невпроворот. Мама специально просила поставить меня туда, где сложнее. Пусть учится заботиться о малышах и не боится трудностей.

Честно признаться, тогда я немного обижалась. Подружки беззаботно отдыхают, купаются в речке, гоняют на велосипедах, а я должна вставать ни свет ни заря и тащиться в этот садик. Однако мама знала, что делала. Она всегда знала.

Запах детского сада навсегда врезался в память. Молочная каша, хлорка, свежестиранное бельё и ещё что-то неуловимо детское, тёплое, родное. Маленькие ручонки тянулись ко мне, детский смех и слёзы, которые нужно вы-

тереть, успокоить, пожалеть. Я раздавала кашу, заправляла кровати, вытирала носы, читала книжки перед тихим чаем.

Самое трудное было укладывать малышей. Они капризничали, не хотели спать, плакали по маме. Я садилась рядом с кем-нибудь из них, гладила по голове и тихо напевала. Постепенно все затихали, и в группе наступала та особенная тишина, которая бывает только в детском саду после обеда.

Эта работа воспитала во мне терпение, ответственность, умение быть нужной. И ещё удивительную радость отдавать. Когда малыш, который полдня ревел и звал маму, вдруг улыбался тебе и тянул ручонки, внутри разливалось такое тепло, что никакие подружкины развлечения не могли с ним сравниться.

Позже, когда подросла, я трудилась на заводе. Там всё было по-взрослому: цеха, станки, строгие наставники. Сортируй, помогай, успевай, не отставай. Руки гудели, ноги уставали, но гордость переполняла. Я зарабатывала сама.

В школе нас, девочек, обучали машинописи. В те времена это считалось обязательным. Мальчики осваивали автомобиль, девочки — печать. Мы сидели в специальном кабинете за тяжёлыми чёрными машинками. Клавиши давили ту-

го, приходилось прилагать усилие. Учительница неумолимо требовала смотреть на текст, а не на клавиши. Пальцы должны запоминать. Мы старались, стучали, ошибались, начинали заново. К окончанию курса я печатала вслепую довольно быстро. Этот навык не раз выручал потом в институте и на работе.

Первую зарплату невозможно забыть. Свои кровные, заработанные собственным трудом. Помню, как стояла в магазине канцтоваров, выбирая новые ручки, тетради, карандаши. Такие простые вещи, а сколько счастья. Маме я купила духи, она их очень любила. А себе взяла пирожное, самое вкусное в мире, потому что заслуженное.

В тот вечер я пришла домой уставшая, но невероятно счастливая. Поставила перед мамой коробочку с духами и сказала:

— Это тебе.

Она посмотрела на меня, и в глазах у неё блеснули слёзы.

— Ты у меня такая молодец, — сказала она.

Я запомнила этот взгляд на всю жизнь.

Родители научили главному: труд облагораживает. В любой работе нет ничего постыдного, если делать её с душой. Привычка не ждать подачек, а зарабатывать самой осталась

со мной навсегда.

Сейчас, вспоминая то лето в детском саду, я понимаю, что мама подарила мне нечто большее, чем просто опыт работы. Она подарила мне понимание, что я могу, что я справлюсь, что я нужна. И это понимание греет меня до сих пор.

Практика. Монета

Найди в своём кошельке или в доме монету любого достоинства. Рассмотрите её внимательно. Потрогай, почувствуй вес, разгляди цифры, буквы, рисунок. Теперь положи монету на открытую ладонь и закрой пальцы. Представь, что это не просто монета. Это твоя первая зарплата. Та самая, которую ты заработала сама. Подержи её так минуту. А потом переложи в другую руку. И ещё раз. О чём ты думаешь? Какие чувства поднимаются? Теперь убери монету. Пусть лежит в кошельке и напоминает: ты можешь.

Глава 4. Кровь

На вопрос о национальности я всегда отвечаю одинаково. Я человек мира. Это чистая правда.

В моей крови смешалось столько всего, что причислить себя к какому-то одному народу невозможно. Русские казаки, грузинские князья, якуты, татары, украинцы. Все оставили след в нашем роду.

Особенно яркая история связана с грузинской ветвью. Князья Габидзе, мои предки по маминой линии, восстали против присоединения Грузии к Российской империи. За это их сослали в Якутию. Там, в краю вечной мерзлоты и белых ночей, они не просто выжили. Они остались навсегда. Женились на якутских женщинах, рожали детей, пускали корни в эту суровую, но ставшую родной землю. Так Габидзе стали Габышевыми. Девичья фамилия моей мамы — Габышева.

В моей прабабушке по другой линии текла казачья кровь. Вольная, широкая, непокорная.

Так получилось, что я вобрала в себя множество культур, традиций, языков. Однако выучить якутский так и не сумела. Ходила в русский детский сад, училась в русской шко-

ле, дома говорили по-русски. Родителям это оказалось даже удобно. Когда требовалось обсудить что-то секретное при нас с сестрой, они переходили на якутский. Мы сидели рядом, ничего не понимая, а они смеялись.

Зато теперь я владею русским, английским, немецким. Языки открывали передо мной двери, вели по миру, давали работу и друзей. В этом многообразии всегда жила лёгкая грусть. Язык моей родины, моих предков-якутов остался для меня за семью печатями.

Человек мира. Звучит красиво. За этим определением стоит долгая история перемешивания кровей, судеб, дорог. Я горжусь каждым своим корнем.

Практика. Карта рода

Возьми лист бумаги и напиши на нём свои имя и фамилию крупно, в центре. Теперь вокруг напиши всё, что знаешь о своих родственниках. Бабушки, дедушки, прабабушки, прадедушки. Их имена, откуда они родом, кем были, какой язык помнят. Если не знаешь — оставляй пустое место. Это поле для исследований. Позвони родителям, расспроси. Запиши всё, что услышишь. Ты удивишься, сколько историй хранит твоя семья. Князья, крестьяне, казаки, ссыльные, переселенцы. Все они в тебе. Когда лист заполнится, посмотри

на него. Это не просто бумага. Это карта твоего рода. Твоя сила. Твои корни.

Глава 5. Бабушка, которую я не видела

Меня называли Ириной в честь бабушки, папиной мамы. Её я никогда не видела. Она умерла за три месяца до моего рождения. Не дождалась, не прижала к себе, даже имени моего не услышала. Говорят, я очень на неё похожа. И чертами лица, и складом характера, и даже судьбой будто повторяю её путь.

Родители шептались об этом по вечерам, когда думали, что я сплю. Я лежала с закрытыми глазами, притворяясь, что ничего не слышу, а слова вползали в меня, становились частью моего существа. «Повторяешь бабушкин путь». Что это значило? Тогда я не находила ответа, не понимаю и теперь. Этот шёпот остался со мной навсегда. Тенью, эхом, вопросом без ответа.

Папа родом с севера Якутии, из Усть-Янского района. Оттуда, где вечная мерзлота, зима длится почти весь год, люди выживают, а не живут. Бабушка Ирина была настоящей северянкой. Сильной женщиной с крепким характером. У неё родилось больше десяти детей, выжили только четверо. Остальных забрала суровая земля, холод, болезни. Всё, что не щадит слабых.

Судьба у неё выдалась тяжёлая. Может, поэтому во мне столько упрямства и умения выживать. Это она передала, даже не встретившись со мной. Через кровь, через имя, через ту невидимую нить, которая тянется из прошлого в будущее.

Папа рассказывал о ней немного. Всегда с какой-то светлой грустью, будто касался чего-то очень дорогого, но запретного. Говорил, что мать его была красивой, статной, с длинной косой и удивительными глазами, в которых светилась глубокая мудрость. Она умела слушать. По-настоящему слушать, не перебивая, не осуждая. Рядом с ней люди успокаивались, находили ответы на самые трудные вопросы.

Я часто думаю о ней. Представляю, как мы могли бы сидеть вечерами на кухне, пить чай с травами, разговаривать. Она бы рассказывала мне о своей жизни, о том, как растила детей в этом суровом краю, как ждала мужа с охоты, как переживала потери. А я бы слушала, впитывала каждое слово, каждую интонацию.

Иногда мне кажется, что она действительно рядом. В самые трудные минуты, когда сил уже нет и кажется, что всё рушится, я вдруг чувствую чьё-то незримое присутствие. Тёплое, спокойное, надёжное.словно кто-то кладёт руку на плечо и говорит: держись, ты справишься, ты сильная.

Я знаю, это она. Бабушка Ирина.

Она ушла, не дождавшись моего появления, но всё равно осталась со мной. В имени, которое ношу. В чертах лица, которые, как говорят, у нас одинаковые. В характере, в котором люди узнают её упрямство и её силу.

Я её внучка. Я её продолжение. И я очень хочу верить, что она мной гордится.

Практика. Разговор с тем, кого не видел

Найди старую семейную фотографию, где есть кто-то из тех, кого ты уже не застала. Или просто представь этого человека. Возьми тетрадь или блокнот. Напиши этому человеку письмо. Не для отправки, для себя. Расскажи, как у тебя дела. Что ты чувствуешь. Чего боишься. О чём мечтаешь. Спроси то, что давно хотела спросить. Не жди ответа сразу. Просто пиши. А потом убери письмо. Через неделю перечитай. Ты заметишь, что некоторые ответы уже пришли. Сами. Через сны, через случайные встречи, через внутреннее ощущение. Они всегда рядом. Даже те, кого мы никогда не видели.

Глава 6. Тайтрук

Наверное, самый щедрый дар, полученный мной от Бога, — умение чувствовать природу. Слышать её голос, дышать с ней в унисон, растворяться в ней без остатка. Среди леса или у воды я обретаю подлинный отдых для тела и души. В такие минуты удаётся остаться наедине с собой и ощутить связь с чем-то неизмеримо большим. С Вселенной, с Богом.

Детство прошло в сосновом бору, его аромат навсегда стал для меня ключом к покою. Были и другие места, не менее дорогие сердцу.

Мы часто ездили на север, к папе, в Усть-Янский улус, в село Казачье. Туда, где природа раскрывается совсем иначе. Сурово, величественно, бескрайне. Мне тогда исполнилось лет пять-шесть, впечатления врезались в память навечно.

Папа брал меня с собой на охоту. Стреляли куропаток. Для маленькой девочки это казалось невероятным приключением. Идти по следу, замирать в ожидании, чувствовать себя частью дикого мира. Однажды мы с мамой собирали ягоды, пока папа охотился на уток, и вдруг наткнулись на медвежий помёт. Перепугались, принялись кричать. Папа подошёл, посмотрел на нас и спокойно сказал:

— Чего раскричались? Медведь сейчас сытый, август, ягод полно. Он никого не тронет. Только вы мне всю охоту распугали.

Каждое утро, часов в пять, я просыпалась. Родители ещё спали, а меня уже ждал Тайтрук. Белая лайка, мой верный пёс. Мы отправлялись в путь. Я шла за ним через топь, через болото, к старенькому девяностолетнему дедушке, жившему в лесу. Почти слепой, он всегда ждал меня. Целью этого похода были конфеты, которые он для меня припасал. Тайтрук вёл, а я доверчиво следовала за ним. Потом, со сладкими трофеями в кармане, возвращалась домой и прятала их под подушку.

Однажды папа застал меня на крыльце. Мы с Тайтруком уже собрались в дорогу. Он посмотрел на нас, покачал головой и не проронил ни слова. Наверное, понял, что это моё и такая связь важнее любых запретов.

Тайтрук был не просто собакой. Он был другом, защитником, проводником. Я доверяла ему свою жизнь, а он вёл меня через трясину туда, где ждал старый человек с конфетами. В этой детской вере было что-то первозданное, чистое, настоящее.

Сейчас, вспоминая те ранние утренние походы, я пони-

маю, что Тайтрук учил меня доверять миру. Идти туда, где страшно, потому что рядом есть тот, кто выведет. Слышать внутренний голос, который шепчет: не бойся, я с тобой.

Потом была ещё одна собака, Айда. Она прожила с нами восемнадцать лет. Целую человеческую жизнь. Мы всегда были собачниками, без них дом не дом. Айда появилась, когда я уже была взрослой, и тоже стала частью семьи, частью меня.

Тайтрук остался в детстве. Там, где белые ночи, запах смолы и абсолютная вера в то, что если пёс ведёт через болото, значит, там, впереди, обязательно ждёт что-то хорошее.

Практика. Шаг доверия

Вспомни существо, которому ты доверяла в детстве. Собаку, кошку, лошадь, а может быть, игрушку или дерево во дворе. То, что было для тебя защитой и опорой. Закрой глаза и представь его как можно ярче. Погладь мысленно, почувствуй тепло, вспомни запах. Побудь с ним минуту. А теперь открой глаза и напиши ему письмо. Поблагодари за то, что было. За то, что научило доверять. Это письмо можно никуда не отправлять. Просто сохрани. В трудные минуты перечитывай и вспоминай, что мир не всегда враждебен. В нём есть те, кто готов вести через болото.

Глава 7. Сестра Анна

До восьми лет я росла одна. Не то чтобы в одиночестве — родители, дача, книги, друзья были рядом. Однако внутри всегда жило ощущение, что чего-то не хватает. Кого-то, с кем можно делить тайны, шептаться по ночам, кого защищать и о ком заботиться.

Помню, как просила маму купить сестрёнку в магазине. Искренне верила, что детей продают, как игрушки. Можно прийти, выбрать красивую, добрую и принести домой. Даже представляла этот магазин с витринами, полками, а на них пупсы в кружевных платьицах, живые, настоящие, ждущие своих старших сестёр.

Вскоре родилась Анна. Здоровая, крепкая, кучерявая.

До трёх лет она называла меня мамой. Когда мама уходила на работу, я полностью вела хозяйство. Водила её в садик, в школу, в музыкалку. Учила стишкам, песенкам, показывала буквы. Читала книжки на ночь, она засыпала, положив голову мне на плечо. Я чувствовала её дыхание, тепло, доверие — внутри всё наполнялось светом.

Анна пошла в восемь месяцев. Мама ставила её на ножки,

придерживала за ручки, а она уже перебирала ногами, смеялась и тянулась ко мне. Помню гордость от того, что она моя сестра, такая способная, такая умная.

Я вкладывала в неё всё, чего хотела достичь сама. Хотела, чтобы у неё было больше, чем у меня, чтобы она оказалась счастливее.

Анна стала оперной певицей. Красивая, успешная, счастливая. Её дочери, мои племянницы, пошли тем же путём. Поют, снимаются, занимаются моделингом. Я всегда радовалась за них. Искренне.

Практика. Светлое воспоминание

Если у тебя есть брат или сестра, вспомни самый тёплый момент вашего детства. Тот, который греет душу до сих пор. Закрой глаза и прокрути эту сцену в памяти. Кто вы там? Сколько вам лет? Что вы делаете вместе? Смеётесь, играете, делитесь секретами? Побудь в этом воспоминании минуту. Почувствуй тепло, которое оно дарит. Если есть возможность, позвони брату или сестре прямо сейчас. Не для серьёзного разговора — просто чтобы услышать голос. Спросить, как дела. Вспомнить что-то хорошее. Если возможности нет, просто поблагодари мысленно за те светлые моменты, что были. Они остаются с тобой навсегда.

Глава 8. Вкус черешни

В школе я держалась тихо. Не пряталась, но и не лезла вперёд. Мне не нужно было бороться за внимание — я просто была, и этого хватало.

Сцена всё изменила.

Хор, потом ансамбль, потом место солистки — и вдруг я поняла, что значит стоять под софитами. Темнота в зале, тишина перед первым звуком, а потом свет, который бьёт в лицо, и ты уже не ты, а что-то большее. Голос, музыка, взгляды из темноты — это походило на полёт.

Запах кулис навсегда врезался в память: пыльный, сладковатый, смешанный с ароматом грима и пота. Дрожь в коленях перед выходом сменялась моментом, когда шагаешь на сцену, и страх исчезает, оставляя лишь музыку и свет.

С двенадцати лет во мне проснулось нечто новое. Я начала отвечать за проведение культурных мероприятий в классе, организовывать выступления, распределять роли, придумывать номера. Оказалось, что это получается, класс неизменно занимал первые места на школьных смотрах. Мы стали не просто дружными, мы превратились в команду с лиде-

ром.

Тогда я не осознавала, что происходит формирование, что в этом возрасте прорастают зёрна, дающие плоды позже. Организаторские способности, умение вести за собой, видеть общую цель — всё родилось там, в школьных коридорах, на репетициях, за кулисами. Всё это пригодилось потом, став второй натурой.

Работая позже в разных организациях на руководящих должностях, я часто вспоминала свой класс. Девочку, которая внезапно поняла, что может не только петь, но и вести.

Особое место в годы учёбы занимала «Зарница».

В седьмом классе мы выиграли военно-патриотическую игру сначала в городе, потом в республике, после чего нас отправили на всесоюзный финал в Одессу.

До сих пор помню это чувство. Мы едем в поезде, за окном мелькают станции, вся наша команда поёт песни, смеётся, строит планы. Детми мы чувствовали себя почти взрослыми, почти героями. За окном проплывали леса, поля, города — огромная страна, казавшаяся нашей, родной, бесконечной.

Там, в Одессе, мы впервые по-настоящему ощутили командный дух. Соревнования оказались сложными: надо было ползти, прятаться, бросать гранаты — и всё в военной форме, с автоматами, под тяжестью снаряжения.

Помню, как мальчики помогали девочкам, подбегали, забирали самое тяжёлое, подбадривали. В этот момент мы стали единым целым, не существовало отдельных личностей, только команда.

Помимо командных соревнований, я участвовала в индивидуальных. Была радисткой. С одноклассницей Алёной мы вошли в десятку лучших. До сих пор помню этот азарт, лёгкость, гордость, когда объявили результаты.

Жили мы в воинской части, каждое утро — построение, маршировка. Кормили в солдатской столовой, просто, сытно, по-настоящему вкусно. После учений выходили в город.

В Одессе, красивейшем городе с морем, улицами, особым воздухом и людьми, самым ярким впечатлением на всю жизнь стала черешня. Никогда, ни до ни после, я не ела ничего подобного. Этот сладкий, плотный, солнечный вкус до сих пор живёт во мне. Каждый раз, видя эту ягоду, я вспоминаю Одессу и себя — девочку в военной форме, только пробежавшую марш-бросок и сидящую с одноклассниками,

смеющуюся и наслаждающуюся самым вкусным лакомством в мире.

С нами ездила классная руководительница. Она очень любила нас, по-настоящему, по-матерински. В поездке это чувствовалось особенно. Переживала за нас, как за родных детей, бинтовала сбитые колени, утешала после неудач, радовалась победам.

Эта поездка дала нам почувствовать, что такое армия. Мальчикам это помогло в будущем — они уже знали, что их ждёт, и не боялись. Нам, девочкам, дала понимание, что мы можем больше, чем думаем.

До сих пор, вспоминая эту поездку, я ощущаю внутри тёплую волну: гордость, радость, чувство локтя и вкус черешни.

Потом настали выпускные экзамены.

Немецкий язык в классе был у меня лучше всех. Я знала его основательно, на приличном уровне для школьной программы, читала, говорила с хорошим произношением. Учительница гордилась мной, ставила в пример. Мы были близки, я доверяла ей, как второму взрослому после мамы.

На факультет, куда я собиралась поступать, вместе со

мною метили ещё трое. Дочка учительницы русского языка и две другие девочки. Чтобы уменьшить мои шансы, мне поставили в аттестат четвёрку. Незаслуженную, по основному предмету.

Помню день, когда я увидела оценку. Стояла в коридоре, смотрела на этот жирный росчерк и не могла поверить. Это был первый удар от женщины, которую я очень любила, от учительницы, считавшейся почти матерью. Я не плакала, просто стояла и смотрела, внутри что-то оборвалось.

Всё равно поступила. Блестяще, вопреки четвёрке, вопреки всему. Пережила тяжело. Лет через десять случайно встретила учительницу на улице. Она сама подошла, попросила прощения. Стояла передо мной пожилая женщина, с глазами, полными слёз.

Я простила.

Этот урок запомнила на всю жизнь. Мир не всегда справедлив, близкие могут ударить сильнее чужих. Однако даже в ситуациях, когда пытаются сломать, можно устоять. Я выстояла тогда, выстою и сейчас.

Практика. Твоя победа

Вспомни момент, когда ты вопреки всему добилась своего. Когда обстоятельства давили, все были против, выхода не существовало — а ты взяла и сделала. Это может быть поступление, важный разговор, преодоление страха, сложное решение. Закрой глаза и проживи это заново. В мельчайших подробностях. Где это было? Кто был рядом? Что ты чувствовала тогда, в самый трудный момент? А что почувствовала, когда поняла, что получилось? Почувствуй гордость, силу, радость, которые возникли тогда. Где в теле отзывается это чувство? В груди, в животе, в руках? Положи туда ладонь и запомни это место. Запомни это ощущение победы над обстоятельствами. Это твой ресурс, твой внутренний стержень. Он всегда с тобой, никто не сможет его отнять. В трудную минуту просто положи руку туда и вспомни этот момент. Вспомни, что ты уже однажды побеждала. Значит, сможешь снова. Запиши эту историю в дневник. Подробно, со всеми деталями. Это будет твоё напоминание о собственной силе. Перечитывай её, когда наступают сомнения.

Глава 9. Берлинский ветер

Осенью тысяча девятьсот восемьдесят четвёртого года я переступила порог Якутского государственного университета. Филологический факультет принял меня, словно признавая моё право здесь находиться — вопреки четвёрке в аттестате, которая должна была закрыть мне дорогу. Я поступила, и это стало первой победой.

Страна вокруг бурлила. Перестройка набирала обороты, слово «гласность» перестало быть пугающим. В газетах печатали то, что ещё вчера считалось крамолой, по телевизору шли острые дискуссии. В университетских аудиториях мы впитывали не только древнерусские летописи, но и новый, непривычный воздух свободы.

Студенческая жизнь захватила меня целиком. Я была круглой отличницей, получала повышенную стипендию и с гордостью отдавала эти деньги маме. Не жертва — радость от возможности помочь, быть полезной, разделить с ней бремя забот. Староста группы, человек, к которому прислушивались, — я не стремилась к этому, но так сложилось само собой. Наверное, потому что всегда была честной, справедливой, готовой прийти на помощь.

С однокурсницей Наташей мы дружили ещё со школы, теперь оказались на одном факультете. Пятнадцать лет дружбы — тайны, слёзы, разочарования, разделённые пополам. Мы сидели за одной партой, делили бутерброды, вместе корпели над конспектами. Казалось, так будет всегда.

Учёба стала моим миром. Немецкий язык и литература занимали главное место, дышали во мне, жили. Запах университетской библиотеки — старые книги, бумага, типографская краска, смешанные с пылью — до сих пор жив в памяти. Я засиживалась там до закрытия, выписывая цитаты в толстую тетрадь. Пальцы пахли чернилами.

Преподаватели были сильными, однокурсники — нато-ченными на знания. Мы все горели филологией, спорили до хрипоты о смысле романов Достоевского, разбирали по косточкам стихи Блока, искали скрытые смыслы в прозе Набокова. Я горела ярче всех. Для меня это было не просто учёбой, а жизнью.

Почти каждое лето я уезжала работать вожатой в пионерский лагерь на море, в Туапсе. Море, дети, смех и костры становились отдельным счастьем. Помню, как мы сидели у костра, пели песни под гитару, смотрели на звёзды. После того как дети засыпали, мы, вожатые, ещё долго не могли уснуть — говорили, мечтали, строили планы. Это было вре-

мя, когда я чувствовала себя нужной, видела результат своей работы и понимала, что могу не только учиться, но и делать этот мир чуточку лучше.

После первого курса мы с подругой отдыхали всё лето в Болгарии, в районе Бургаса. Перед нами распахнулись незнакомая страна, иное море, совершенно новая жизнь. Помню, как впервые попробовали настоящую болгарскую брынзу, купались в море при луне, знакомились с местными ребятами. Всё это походило на сон, на сказку, на обещание, что мир огромен и в нём есть место для счастья.

Потом была стажировка в Берлине, куда меня, как лучшую студентку, отправили на практику. Лекции, знакомства, погружение в язык. Я ходила по улицам Берлина и ловила себя на мысли, что понимаю почти всё. Уличную речь, разговоры прохожих, слова на вывесках. Удивительное чувство, когда язык, который учила по учебникам, вдруг становится живым, дышащим, твоим.

Педагогическая практика в школе, где я пробовала себя учителем немецкого, принесла радость от общения с учениками, меня любившими. Им нравилось, как я веду уроки. Не просто давая материал, а играя с ними, напевая, ставя сценки. Мы смеялись, учились, росли вместе. Мне самой это очень нравилось.

Однако внутри росло понимание, что гиперответственность доведёт до нервного срыва. Желание видеть успехи каждого, получать отличные оценки, не отставать от программы заставляло переживать за всех, как за родных. Это оказалось невозможным. Я не могла выучить их всех, не могла заставить их полюбить немецкий так, как любила его я. Чувствовала это каждой клеточкой и понимала, что учительство не моё. Сгорю, выплесну себя всю, останутся только угольки.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.