

ТАТЬЯНА ШИШКИНА

ТОЧКА ПРОБУЖДЕНИЯ

РАССКАЗЫ
О ДУШЕ, ЗНАКАХ
И ВНУТРЕННИХ ПЕРЕМЕНАХ

Истории, которые
меняют изнутри

Татьяна Шишкина

Точка Пробуждения

«Автор»

2026

Шишкина Т.

Точка Пробуждения / Т. Шишкина — «Автор», 2026

Иногда одна встреча, один сон или случайная фраза становятся началом пути, который меняет человека навсегда. «Точка пробуждения» — сборник атмосферных рассказов на грани психологии, мистики и внутренней трансформации. Это истории о страхах и надежде, о знаках судьбы, о поиске себя и свете, который живёт глубоко внутри каждого. Книга для тех, кто чувствует: в жизни есть нечто большее, чем видимая реальность.

© Шишкина Т., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Эффект зеркала	5
Отражение Иван Петровича	9
Конец ознакомительного фрагмента.	11

Татьяна Шишкина

Точка Пробуждения

Эффект зеркала

— Вы хоть иногда отдыхаете? — спросила Майя, не поднимая глаз от блокнота.

Мужчина напротив усмехнулся.

— А это уже диагноз?

— Это уже третий кофе за сорок минут. И вы десять минут смотрели в стену перед тем, как зайти.

Он чуть прищурился.

— Вы всегда так быстро разбираете людей?

Майя подняла взгляд. И на секунду ей стало не по себе. Слишком спокойные глаза. Слишком тяжелый взгляд. Слишком знакомое ощущение, будто она уже сидела напротив него раньше.

— Это моя работа, — ответила она ровно.

— Ян.

— Майя.

Он кивнул, откинулся на спинку кресла и устало провел рукой по лицу. Дорогой костюм. Идеальная стрижка. Часы стоимостью в ее машину. И абсолютное выгорание во взгляде.

— Почему вы здесь? — спросила Майя.

Ян хмыкнул.

— Потому что мой ассистент нашел ваш номер раньше, чем я успел уволиться, развестись или сойти с ума.

— А что ближе всего?

Он посмотрел ей прямо в глаза.

— Последнее.

Тишина между ними вдруг стала слишком плотной.

Майя сделала пометку в блокноте, хотя писать было нечего. Просто нужно было куда-то деть руки.

— Панические атаки? — спросила она.

— Нет.

— Бессонница?

— Да.

— Тревожность?

— Постоянно.

— Тогда что вас пугает?

Ян усмехнулся, но как-то горько.

— Пустота.

На третьей сессии Майя поняла, что начинает ждать его прихода. Это раздражало. Неправильно. непрофессионально. Но Ян был не похож на остальных клиентов. Обычно люди пытались казаться лучше. Он — наоборот, будто специально показывал самые острые углы.

— Вы замужем? — неожиданно спросил он.

Майя подняла бровь.

— Здесь вопросы задаю я.

— Уходите от ответа?

— Ставлю границы.

— Нет, — тихо сказал Ян. — Прячетесь.

Ее пальцы сильнее сжали ручку.

— Почему вам так важно меня задеть?

Он задумался.

— Потому что вы делаете то же самое со мной.

Майя открыла блокнот.

— Продолжим.

— Вот опять. Вы закрываетесь, когда разговор становится настоящим.

— Ян...

— Вы хоть кому-нибудь позволяете видеть себя?

Она резко подняла глаза.

И замерла.

Он смотрел не как клиент. Так смотрят люди, которые пытаются добраться до правды. Это было опасно.

После сессии Майя долго сидела в пустом кабинете. Ей не нравилось, как он на нее влияет. Рядом с Яном она переставала быть просто психологом. Он замечал слишком много. Когда она врала. Когда нервничала. Когда делала вид, что ей все равно. Будто видел ее насквозь. Как зеркало.

Через неделю Ян пришел раздраженным. Даже не сел сразу. Снял пиджак, бросил на кресло и подошел к окну.

— Ненавижу людей.

— Хорошее начало для сессии.

— Я серьезно.

— Что случилось?

Он коротко рассмеялся.

— Сегодня мой партнер сказал, что мне стоит быть мягче с сотрудниками.

— И вас это разозлило?

— Меня разозлило, что он прав.

Майя внимательно смотрела на него.

— Вы все время пытаетесь контролировать мир вокруг себя.

— А вы — себя.

Он повернулся к ней.

— В этом разница между нами.

— Ошибаетесь.

— Нет.

Он подошел ближе.

Слишком близко.

Майя почувствовала запах его парфюма и вдруг остро осознала, как мало расстояния между ними осталось.

— Вы боитесь потерять контроль, — тихо сказал Ян. — Вы боитесь, что кто-то увидит вас настоящую.

— Сядьте на место.

— Почему? Потому что вам не нравится, когда правду говорят о вас?

— Ян.

— Вы сейчас даже дышать стали чаще.

Майя резко встала.

— Хватит.

Тишина ударила между ними почти физически.

Ян смотрел на нее несколько секунд. Потом вдруг тихо сказал:

— Вот. Сейчас вы настоящая.

И почему-то именно это выбило у нее почву из-под ног.

После этого она отменила две его сессии подряд. На третью неделю Ян пришел без записи. Майя открыла дверь и замерла.

— Вы с ума сошли?

— Возможно.

— Ян, это уже нарушение границ.

— А вы все еще прячетесь за профессиональными терминами.

— Уходите.

Он не двинулся. В коридоре было тихо. Слишком тихо.

— Почему вы меня избегаете? — спросил Ян.

— Потому что это неправильно.

— Что именно?

Она не ответила.

Ян сделал шаг вперед.

— Скажите честно хоть раз.

Майя стиснула зубы.

— Вы мой клиент.

— Уже нет.

— Это ничего не меняет.

— Тогда почему у вас дрожат руки?

Она опустила взгляд.

Черт.

Он заметил.

Конечно заметил.

Ян вдруг устало прислонился лбом к стене и тихо рассмеялся.

— Знаете, что самое страшное?

— Что?

Он поднял глаза.

И в них больше не было привычной холодной уверенности. Только честность.

— Рядом с вами я впервые не могу врать себе.

У Майи болезненно сжалось сердце. Потому что она чувствовала то же самое.

— Вы для меня как зеркало, — тихо сказала она.

Ян замер.

— Объясните.

Майя нервно усмехнулась.

— Всю жизнь я слушаю людей и думаю, что понимаю их. Но рядом с вами...

Она покачала головой.

— Все, что я прятала в себе, становится слишком громким.

Ян смотрел молча.

— Вы отражаете мои страхи, — продолжила Майя. — Мою закрытость. Мое одиночество.

Он медленно подошел ближе.

— А вы мое.

Сердце билось так громко, что ей казалось — он слышит.

— Майя...

— Не надо.

— Почему?

Она подняла на него взгляд. И почти шепотом сказала:

— Потому что если это пойдет дальше, я уже не смогу делать вид, что мне все равно. Ян смотрел на нее несколько секунд. Потом вдруг очень осторожно коснулся ее руки. И от этого простого прикосновения внутри у Майи будто рухнули все стены, которые она строила годами.

Прошло три года...

Они встретились случайно.

В маленьком книжном магазине во время дождя.

Майя первая заметила его у полки с психологией.

— Неожиданно, — сказала она, подходя ближе.

Ян обернулся.

И улыбнулся так тепло, что у нее перехватило дыхание.

Совсем другой.

Спокойный.

Живой.

— Я готовился к нашей встрече, — сказал он.

— Три года?

— Я долго делаю домашние задания.

Она рассмеялась. Легко. Без защиты.

Ян смотрел на нее внимательно.

— Вы изменились.

— Вы тоже.

Тишина между ними больше не давила.

Она согревала.

— Знаете, — тихо сказал Ян, — раньше я смотрел на вас и видел все, чего мне не хватает.

— А сейчас?

Он сделал шаг ближе.

— Сейчас я вижу женщину, рядом с которой хочу просыпаться.

Майя почувствовала, как внутри становится невозможно тепло. Без боли. Без страха. Без борьбы. Только правда.

Она улыбнулась:

— Кажется, я только сейчас поняла смысл эффекта зеркала.

— И какой же?

Она подошла почти вплотную и тихо произнесла:

— Иногда другой человек приходит не для того, чтобы показать, какой ты. А чтобы показать, что тебе больше не нужно притворяться.

Отражение Иван Петровича

Он сидел у окна, в своей маленькой кухне, где обои выцвели от времени, а чайник свистел чуть дольше, чем следовало. Смотрел, как за стеклом медленно падает снег — будто кто-то невидимый встряхивает подушку над городом.

Во дворе смеялись дети. Их голоса напоминали звонкие капли — искренние, как первая радость. Он слушал их и ловил себя на мысли, что давно не смеялся так. Даже когда был моложе. Наверное, потому что слишком рано захотел быть «взрослым».

Он вздохнул и чуть приподнял голову: из коридора донеслись чьи-то шаги, голоса — кто-то проходил по лестничной площадке. И вдруг, словно между делом, он услышал женский голос:

— ...мир ведь это зеркало, понимаешь?..

Он не видел, кто это сказал. Но слова легли прямо в сердце, будто кто-то незнакомый, проходя, случайно задел давно забытый нерв.

Он хмыкнул, раздражённо.

— Зеркало, говоришь... Тоже мне, мудрецы нашлись. У всех сейчас фразы красивые — как оправдание на каждый случай.

Он поднялся, подошёл к окну, посмотрел в мутное стекло.

— Зеркало... — повторил тише. — А что оно мне покажет? Старика с морщинами, да чай, что остыл?

Но отражение не отпускало. Он отвернулся, потом снова глянул — будто что-то там шевельнулось. Не в стекле, а в нём самом.

«Мир — это зеркало...» — эхом звучало в голове.

Если так, то что он отражал всю жизнь? Что видел в других? Лицемерие? Жадность? Глупость? Он криво усмехнулся.

— Ну спасибо, хорошее зеркало, нечего сказать...

Он шагнул к окну, глянул в мутное стекло. Отражение показалось чужим — глаза усталые, но цепкие, словно и сейчас ищут виноватого. Он отвернулся, но почему-то снова посмотрел — будто кто-то за спиной тихо позвал.

В голове звучала фраза, как капля, падающая в одну и ту же точку:

«Мир — это зеркало».

Он мотнул головой.

— Да ну, глупости... Мир не про отражения, он про жизнь. Я пахал, тянул, строил, кормил. А всё вокруг — сплошное “зеркало”. Смешно.

Но мысли уже зашевелились. Он сел обратно, глотнул остывшего чая.

За окном дети лепили снеговика, шумно спорили, кто поставит ведро на голову. И вдруг ему вспомнилось, как он сам недавно ворчал на соседей — “вечно шумят, покоя не знают”. Он вздохнул.

— Хотя... может, и правда — не шумят, а просто живут. Я же тоже когда-то шумел. Только потом стал умным... — усмехнулся с горечью.

Он вспомнил, как когда-то уволился с работы — не выдержал молодых, “безответственных”. А потом через год встретил одного из них — и тот улыбался, спокойный, успешный. “Живи легче, Иван Петрович”, — сказал он тогда.

Легче...

Он никогда не умел “легче”. Он всё время держал хватку — за порядок, за правоту, за честь, за жизнь, как за ломкий поручень. А мир тем временем уходил вперёд, менялся. Люди стали мягче, свободнее, страннее. Он злился на них — за то, что им проще.

— Значит, зеркало, да?.. — пробормотал он, глядя в стекло. — Тогда выходит, всё, что я видел, — это я и был. Моя злость, моя правота, мои страхи...

Он отвернулся, взял кружку, сделал глоток. И вдруг ощутил, как внутри что-то дрогнуло. Не обида, не жалость — а странное, тихое понимание.

Он вспомнил, как однажды, когда у него всё рухнуло — здоровье, работа, отношения — он просто... отпустил. Не боролся. И почему-то всё тогда само стало налаживаться. Не сразу, но стало. Люди вдруг стали мягче, ситуации — понятнее, даже воздух — чище.

Он тогда не придавал этому значения. А теперь понял. Когда он отпускал хватку — мир переставал быть врагом.

Он посмотрел на улицу: женщина помогала детям, смеялась. Ветер растрепал её волосы. Иван Петрович вдруг улыбнулся — по-настоящему. Потому что понял: всё, что раздражало, пугало, бесило — было не “в них”. Было в нём. И всё, что он любил в других — тоже.

Мир просто возвращал ему его самого — то светлое, то тёмное, как волны, что омывают берег, но не уносят его, а шлифуют.

Он поднял кружку, посмотрел на отражение в стекле. Теперь в нём был человек, не старый — просто настоящий.

— Что ж... — тихо сказал он, — выходит, и зеркало не враг. Просто честное.

Он улыбнулся и подумал, что, может, вся мудрость жизни в том, чтобы наконец перестать спорить с зеркалом — и просто научиться его принимать?..

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.