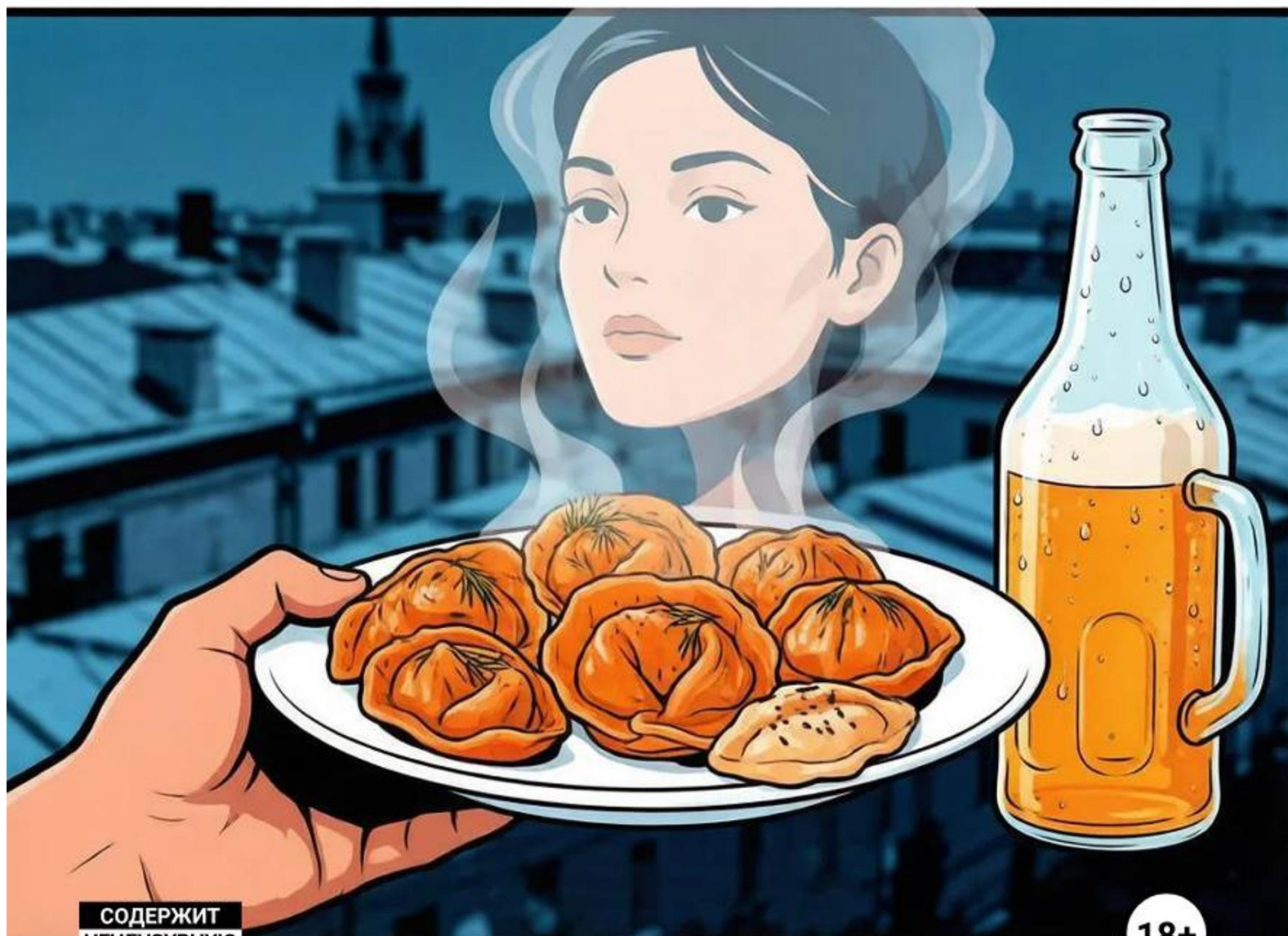


ИСТОРИЯ БЕЗ ХЭППИ-ЭНДА

*Пельмени, полторашки,
розовый автобус и одна любовь,
которая кончилась*



СОДЕРЖИТ
НЕЦЕНЗУРНУЮ
БРАНЬ

2026

18+

18+

ДЭН УТТО

ДЭН ОТТО

**История без хэппи-энда.
Пельмени, полторашка и одна
любовь, которая кончилась**

«Автор»

2026

Отто Д.

История без хэппи-энда. Пельмени, полторашка и одна любовь,
которая кончилась / Д. Отто — «Автор», 2026

Эта книга — не мемуары успешного человека. Не инструкция «как пережить развод за 30 дней». И даже не любовный роман, где все в конце целуются под дождём. Это история без хэппи-энда. С пельменями, полторашкой, розовым автобусом и попыткой не сдохнуть от тоски после того, как женщина, которую ты любил 12 лет, сказала: «Я не люблю тебя». Дэн развёлся, поседел, облысел душой, но почему-то до сих пор бегаёт по утрам. Смеётся там, где нормальные люди плачут. И пишет эту книгу не для денег, а для того, чтобы тот парень в съёмной квартире понял: он не один. Здесь вы не найдёте готовых рецептов счастья. Зато найдёте честность, самоиронию, мат, пару нелепых свиданий, трёх котов и один стейк перед вегетарианцем. Имена изменены. Совпадения случайны. Или не случайны. Решать вам. И да. Хэппи-энда не будет. Автор предупредил.

© Отто Д., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Как я развелся. Часть 1. Инструкция для бывших счастливыхчиков.	5
Как я развелся. Часть 10: Полумарафон, грязные кроссовки и друг-диджей.	20
Конец ознакомительного фрагмента.	21

Дэн Отто

История без хэппи-энда.

Пельмени, полторашка и одна любовь, которая кончилась

Как я развелся. Часть 1. Инструкция для бывших счастливыхчиков.

Мне 37. У меня две дочки, которых я люблю так, что, кажется, если бы они попросили достать луну — я бы начал гуглить, где дешевле арендовать ракету. У меня небольшой бизнес: не «Боинг», но стабильный, как старый шкаф в маминой квартире — скрипит, но стоит. Ежемесячно семья сыта, обута и не задает вопросов про «папа, а почему мы не едим красную икру ложками?».

Каждый год — отпуск. Жене — машина, подарки и прочие атрибуты семьи. В общем, классический портрет мужа, который думал, что купил пожизненный абонемент в счастливую жизнь.

Декрет — это ловушка, друзья.

Жена просидела дома 7 лет. Семь. Лет. Это даже не армия, это уже докторская диссертация по выживанию с погрешностями. И вот она выходит на работу. Становится независимой. Обретает свободу. И заодно забывает, что у нее есть муж.

Я сначала не понял. Пытался: «Саша, давай сходим куда?» — «Устала». «Саша, давай обнимемся?» — «Голова болит». Каждый поцелуй стал подвигом на грани Ганнибала Лектера. Я думал: «Может, я плохо пахну?» Нет, я пах нормально, дезодорантом с рекаланы «Ахе». И любовью. Но любовь, видимо, была валютой, которую больше не принимали к оплате.

И настал тот день.

Она приходит с работы. Садится напротив. Взгляд, как у терминатора, который понял, что миссия «Семья» отменена. Говорит: «Я тебя не люблю».

Я, как любой адекватный мужик, включаю режим «а давай всё исправим?». Психолог. Дорогуший психолог — такой, что от его расценок у меня начался кризис среднего возраста прямо на кушетке. Дорогуший отпуск — мы летим туда, где пальмы и вау-эффект. Я включаю гипервнимание: цветы, массаж, стихи по утрам (спасибо, интернет, выручил).

Всё бесполезно. Её сердце замёрзло быстрее, чем моя вера в женскую логику.

Вишенка на торте.

После очередной сессии у супер-пупер психолога (диплом с золотом, кофе с лавандой, кресла с подогревом для слёз) она поворачивается ко мне и говорит: «Мы разводимся». Дочери — в шоке. Тёща — в шоке (она вообще моя фан-клуб номер один была). Я — в шоке. Одна она — счастлива и свободна. Видимо, не зря у неё появилось столько разведённых подруг. Знаете эту стаю? Они как вино: чем дольше выдержка в одиночестве, тем крепче убеждение, что «все мужики — козлы, а бывший — это просто статистическая погрешность».

Путь от психолога до квартиры за 15 минут.

Мы выходим от психолога. Я такой: «Ладно, раз всё так плохо, значит, надо пахать». Не на неё — на себя. И по пути я звоню риелтору. Снимаю квартиру. В соседнем доме. Да, вы не слышались. Чтобы быть в двух шагах от дочек, но в 1000 световых годах от бывшей жены.

Захожу домой, собираю две сумки. Две. Из 12 лет жизни. Это даже не багаж, это оскорбление действительностью. Мой гардероб уместился туда же, куда обычно складывают пакеты с пакетами. Покидаю дом, где прожил счастливых 12 лет.

Депрессия — моя новая соседка.

Заселяюсь в квартиру. Мебель — шезлонг и микроволновка, которая умеет только разогревать одиночество. Глубокая депрессия накрывает с головой. Первую неделю я разговаривал с пауком в углу. Он, кстати, ушёл от меня тоже — сказал, что паутина романтики не та.

Но знаете, что происходит дальше? (А продолжение будет, не волнуйтесь).

Я понял одну гениальную вещь. Развод — это когда тебе за 30, а ты опять живёшь как студент: на гречке, без женского тепла и с верой в то, что завтра будет лучше. Только вот у студента были перспективы, а у меня — две дочери, бизнес и адская мотивация не сдохнуть от жалости к себе.

Как я развелся. Часть 2: Заселение, кинескоп и Лахта Центр в окне.

Итак, переезд. Момент истины. Моя бывшая любовь (теперь уже просто «гражданка К.») любезно согласилась помочь довести мои две сумки до нового съемного жилья. На машине, которую купил ей я на 30 лет. Между прочим, свою продал для этого. Зачем? А затем, чтобы она могла ездить на новом автомобиле на работу и чувствовать себя «независимой».

Ирония? Да это даже не ирония, это как если бы ты купил билет в рай, а попал в очередь в налоговую.

Она везет мои шмотки. Я сижу на пассажирском. И кстати, она мне так ни разу и не дала порулить. Seriously. Представляете? Даже когда я покупал эту тачку, я сидел в ней как второй пилот, который только карту умеет читать. Теперь же я окончательно осознал: я не муж, я — водитель-лихач по вызову «Счастливое семейство», только без прав и зарплаты.

Смягчаем удар по детским сердцам.

Чтобы дочери не впали в пучину отчаяния, я предлагаю гениальный план: «А давайте прямо сейчас поедим на папину новую квартиру? Вы увидите, что я не исчез, не улетел на Марс и не вступил в секту сыроедов. Я просто живу в соседнем доме, как Джеймс Бонд, только без тачек и девушек».

Глаза дочек — смесь шока и любопытства. Бывшая смотрит как на умалишенного. Но мы едем.

Заселение: Роскошь, кинескоп и символизм.

Захожу в квартиру. Ремонт... ну, такой. Скажем так, дизайнер здесь вдохновлялся фильмами ужасов 90-х, а бюджет выделял человек с плохим зрением. Обои в цветочек, который уже вымер. Линолеум, помнящий Брежнева. И главная жемчужина коллекции — телевизор с кинескопом. Огромный, квадратный, такой тяжелый, что его можно использовать как штангу. Я подключаю его к розетке, он гудит, как старый трактор, и показывает ровно три канала. Все остальные — рябь и надежда.

Но знаете что? Мне не до ремонта. Денег мало. Я же понимаю: теперь я попадал со всех сторон. Алименты, съемная хата, бизнес, который требует внимания, и психотерапевт, который требует еще больше денег.

Но есть и плюс. С моего окна 10-го этажа открывается вид на Лахта Центр. Да-да, тот самый питерский небоскреб. Я стою в трусах, смотрю на эту иглу, и чувствую себя героем киберпанка — только вместо имплантов у меня болит спина, а вместо графика взломов — график платежей.

Чисто. Светло. Соседи не слышны. Идеальное место для дзен-медитаций. Если бы не одно «но» — я не медитирую, я выживаю.

Первая ночь: пиво, пельмени и полет души.

Итак, вечер. Что делает нормальный взрослый мужчина в первый день «свободы»? Правильно. Идет за пивом и пельменями. Не в ресторан, не к друзьям (у них семьи), а в магнитос напротив.

Варю пельмени. Они разваливаются, превращаясь в суп с мясными островами. Наливаю пиво. Сажусь на шезлонг (да, тот самый). Включаю кинескоп. Он показывает ток-шоу про то, как мужики бросают жен. Ирония — вот она, сидит в тарелке.

Первый день я был не грустный. Я был злой. Очень злой. Пытался кайфовать от свободы: «Ура, я один! Никто не просит вынести мусор! Никто не говорит, что я не так дышу!»

Накидался пивом. Сlopал пельменный суп. Вырубился.

Ночь: Лучший друг — паника.

И тут понеслось. Каждый час — как по расписанию. Просыпаюсь. Бывшая снится. В прямом смысле. Она там, во сне, гладит кота и говорит, что «всё было ошибкой». Потом появляются мысли: «А что, если я неудачник?», «А что, если бизнес рухнет?», «А что, если кинескоп взорвется?».

Гоняю в голове диалоги с бывшей. Придумываю идеальные ответы. Вспоминаю, где ошибся. Нахожу новую ошибку. Потом еще одну. К 4 утра я уже убежден, что я — главный провал эволюции, и даже динозавры умерли с меньшим позором.

С утра — на работу. Разбитый, как контрактная армия Наполеона под Москвой. Голова — чугунный котелок, в котором вместо мозгов — вчерашние пельмени и эхо пива. На работе я совершаю подвиг: я не убиваю ни одного клиента и не отправляю отчет в налоговую с темой «Прощай, жестокая жизнь».

Что я понял в первый день? Да ничего.

Серьезно. Я был в шоке и протрации. Как после удара током. Ты лежишь и дергаешься, а вокруг все говорят: «Ну ты чего, вставай». А ты не можешь, потому что отключили предохранители.

Две недели — это был ад. Разговоры с самим собой. Вслух. В душе. В метро. В очереди за хлебом. Прокрутка диалогов с бывшей. «А что если бы я сказал не так?», «А если бы купил не ту машину, а другую?», «А если бы...» Стоп. Нет. Потому что это бесконечная спираль, которая ведет только в одну сторону — в магазин за еще одним пивом.

И главное — с этим ничего не сделать. Никакой психолог не вытащит тебя из этой мясорубки за три сессии. Ты просто ждешь. Варишься в собственном соку. Плачешь под кинескоп. Смотришь на Лахта Центр и думаешь: «Хоть он не рухнул».

Что дальше?

А дальше — утро. Ты встаешь, даже если не хочется. Идешь на работу, даже если всё бессмысленно. Обнимаешь дочек, даже если внутри всё сжато в комок. И в какой-то момент — бац! — ты понимаешь, что сегодня ни разу не вспомнил бывшую. А завтра — купишь новую кружку. А через месяц — пригласишь друзей на эти пельмени. А через три — заметишь, что научился улыбаться без причины.

Как я развелся. Часть 3: Дно. Оно выглядит как пельмени и полторашка.

Итак, добро пожаловать на дно. Не то чтобы я планировал здесь задержаться, но вид, знаете ли, открывался тот еще.

Машины нет. Я ее продал и купил новую для той, которая теперь ездит на ней мимо моего окна. Денег не особо — хватает ровно на то, чтобы выбрать: купить новые кроссовки или оплатить аренду квартиры. Злость — моя новая подушка, на которой я засыпаю. Отчаяние — утренний кофе. Самобичевание — десерт после пельменей.

Весь этот джентльменский набор полной чуши поселился у меня в голове и, судя по всему, не собирался платить за аренду.

Правило номер один: Дочек не бросать.

С самого начала я дал себе железобетонное обещание: детей не бросаю. Даже если сам рассыплюсь на куски, пусть эти куски будут рядом с ними.

Старшая — уже взрослая, ей 11, и она в том прекрасном возрасте, когда «папа, не ходи ко мне в школе, это кринж». Окей, кринж так кринж. Я запомнил: подхожу только на безопасном расстоянии, делаю вид, что я случайный прохожий, который очень любит своего ребенка.

А вот младшую я решил водить в школу сам. Не каждый день, но регулярно. Чтобы она видела: папа не исчез, не улетел, не растворился. Папа просто теперь живет в двух минутах ходьбы, но с кинескопом.

Утро — ритуал. Захожу за ней, идем за ручку, обсуждаем важные вещи: почему динозавры не ели мороженое, и кто страшнее — Баба-яга или училка по математике. А потом я бегу на метро.

Да, на метро.

Вечером — обязательный видеозвонок. «Папа, как ты?», «Нормально, дочка, вот пельмени варю. Хочешь, научу?». Я врал, конечно, про «нормально», но детям не обязательно знать, что у папы внутри всё горит и рушится.

Бывшая — теперь персонаж фонового режима.

Бывшую я терпеть не мог. Прямо физически. Нет, я не плевался ядом при встрече, не устраивал сцен, не проклинал её на ночь глядя. Я просто... отключился. Как будто в розетке перестало быть напряжение. Я стал вежливым, сухим, функциональным. «Заберу детей в 15:00. Без проблем. Передам деньги в пятницу. До свидания».

Ни «спасибо», ни «пожалуйста», ни «как твои дела?». Я перешел в режим работа-доставщика: получил задание — выполнил. И это, кстати, выбешивало её даже больше, чем если бы я орал и бил посуду. Потому что, когда ты кричишь — тебя слышат. А когда ты становишься серым офисным клерком из сна — это страшнее.

Брат. Партнер. Человек, который «отвалил».

На работе — брат, он же мой партнер по бизнесу. Зная всё, что со мной происходит (каждую деталь, каждую слезу, каждую полторашку), он... не придумал ничего лучше, чем просто отвалить от меня. В качестве поддержки.

Представляете? Я прихожу на работу разбитый, с красными глазами, пахнувший пельменями и безысходностью, а он такой: «Ну, удачи, бро, я, если что, в соседнем кабинете. Или не в соседнем. Не звони, я сам... не позвоню».

Я его не винил. Некоторые люди не умеют быть рядом с болью. Им проще сделать вид, что её нет. Как кот, который, видя разбитую вазу, просто уходит в другую комнату. Только вот я был не вазой. Я был посудной лавкой, в которой только что прошел ураган по имени «развод».

После работы: ритуал бетмена в депрессии.

Итак, 18:00. Метро. Лицо — кирпич. Дома — переодеваюсь в самую мятую футболку. Иду в магазин.

Маршрут выучен до автоматизма: вход — налево — два шага — полка с пенным. Две полторашки. Ни больше, ни меньше. Две — потому что три — это уже диагноз, а одна — это неуважение к пельменям.

Пельмени. Самые дешевые. Те, в которых мяса примерно столько же, сколько искренности в последних словах бывшей.

Дома — варю. Звонок дочкам по видео — обязательно до того, как открою первую банку. Потому что папа с бокалом по видео — это еще терпимо. Папа под бокалом — уже нет.

— Папа, а что ты ешь?

— Пельмешки, солнышко.

— А почему у тебя глаза грустные?

— Это свет так падает, не переживай.

Кладу трубку. Открываю банку. Включаю телик. Кинескоп гудит, показывая какой-то сериал про счастливую семью. Я смотрю на них и думаю: «Ну-ну, погодите, скоро и у вас начнется сезон два».

Засыпаю. Плохо. Просыпаюсь. Еще хуже.

Две недели. Абсолютный ноль.

Так прошло примерно 14 дней. Я не врал себе. Я не пытался «взять себя в руки» и «стать лучшей версией себя». Потому что лучшая версия меня сейчас — это та, которая хотя бы вспомнила почистить зубы.

Ничего не хотелось делать. Выходить — нет. Думать — нет, спасибо, мозги в отключке. Бег, который я так любил? Забросил. Кроссовки стоят в углу и смотрят на меня с укором, как брошенные собаки. Зал? Абонемент пылится где-то в кошельке между просроченной скидочной картой и надеждой на лучшее.

Я превратился в амёбу. Амёбу, которая варит пельмени, пьет пенное и смотрит на Лахта Центр с одной-единственной мыслью: «Хоть бы он загоразивал мне обзор на мою никчемную жизнь».

Отчаяние и безнадега стали моим интерьером. Я с ними сжился. Я с ними сроднился. Мы уже вместе выбрали обои.

Что я понял (если это можно назвать пониманием)?

Дно — оно на то и дно, что его нельзя объехать. Через него можно только пройти. Идти по вязкой жиже, спотыкаться, падать, вставать, снова падать. И каждый раз спрашивать себя: «Зачем?».

А ответа нет. И это самое страшное.

Но знаете, что смешное? Даже на дне можно найти юмор. Например, когда ты в пятый раз за неделю покупаешь одни и те же пельмени и продавщица в магазине говорит: «О, наш постоянный клиент!». И ты такой: «Да, я тут на систему лояльности подсел». А про себя: «Мария Ивановна, если бы вы знали, что это не лояльность, а глубокая клиническая депрессия с гастрономическим уклоном...»

Как я развелся. Часть 4: Дно кончилось. Начался подъем с пищей и колой.

Итак, две недели ада позади. Я уже начал срастаться с шезлонгом. Пельмени узнавали меня в лицо и, кажется, начинали кивать при входе в магазин. Но организм — штука хитрая. Он сначала терпит, потом привыкает, а потом начинает подавать сигналы SOS.

И вот эти сигналы пришли.

Прозрение номер один: бухло — плохой психотерапевт.

Потихоньку до меня начало доходить, что две полторашки — это уже не лечебная доза. Это просто анестезия без наркоза. Становилось их мало. Я смотрел на пустые банки и думал: «Если я сейчас пойду за третьей — это уже не ритуал, это карьера».

Настроение хреновое теперь было не по вечерам, а всегда. С утра — хреновое. Днем — средне-хреновое. К вечеру — откровенно паршивое. Пиво просто делало эту хренотень чуть более размытой, как дешевый фильтр в Инстаграме.

И я понял (нет, не сразу, после третьей бессонной ночи, когда кинескоп показывал только белый шум, а я с ним соглашался): алкоголь не лечит. Он просто откладывает боль в рассрочку под грабительские проценты.

Прозрение номер два: дети — не потеря, а причина встать.

Всё это время меня пугало, что я расстался с детьми. Казалось, что развод — это ножницы, которые разрезают ниточку между мной и дочками навсегда. Я рыдал в подушку: «Всё,

я теперь папа выходного дня, как в американских фильмах, где дети ненавидят отчима и едят пищу без меня».

Но знаете что? Это оказалось полной чушью. Я понял это, когда начал их видеть *чаще*, чем до развода. Потому что раньше я приходил с работы, уставший, включал телик и думал: «Ну они же тут, в соседней комнате, какие проблемы?» А теперь каждая минута — на вес золота. И я эти минуты не продаю, даже если очень дорого предлагают.

Прозрение номер три: брат — не враг, но и не ангел-хранитель.

На работе брат (он же партнер) начал меня напрягать. Не то чтобы он делал что-то плохое. Просто он... отсутствовал. А теперь пришел и увидел результаты моей двухнедельной депрессивной вакханалии.

— Ты чего творишь? — спросил он, глядя на мои отчеты. — Тут цифры такие, будто их пьяный бурундук набирал.

Я промолчал. Потому что он был прав. Мои страдания переросли в страдание всей фирмы. Клиенты звонили и спрашивали: «С вами всё в порядке? Вы вчера прислали счет с темой "Всё пропало"». Я работал плохо. Очень плохо. И понял: если я сейчас не соберусь, то развод станет не самой большой моей проблемой. Следующей будет банкротство.

Гениальный план: забирать старшую с плавания.

И тут меня осенило. Не знаю, откуда — то ли от безысходности, то ли от первой ясной мысли за последние дни. Старшая дочь ходит на плавание три раза в неделю. Бывшая её забирает на машине — села и поехала. А я решил: забираю её сам.

Без машины. На метро. С пересадками. Потом на автобусе до дома.

Вы представляете? Мужчина 30+, с остатками достоинства и кучей нерешенных проблем, едет через полгорода, чтобы встретить дочь после бассейна, где она пахнет хлоркой и победой.

Первая поездка была эпичной. Я опоздал на десять минут, потому что запутался в пересадках (оказывается, метро — это не машина, тут надо смотреть на знаки). Примчался запыхавшийся, с пакетом, в котором лежали сухие полотенца и шоколадка. Дочь выходит, мокрая, сонная, и говорит:

— Папа, ты чего такой красный?

— Я, дочка, бегу марафон. За твое счастье.

Дальше — автобус. Долгий, медленный, с бабушками и их сумками. Дочь не жаловалась. Ни разу. Она просто села рядом, достала телефон, и мы пол часа болтали, шутили, смотрели смешные видосики. Она показывала мне своих тиктокеров, я делал вид, что мне интересно (на самом деле было реально интересно, но это секрет).

В автобусе, в этой душной колымаге, я поймал себя на мысли: а ведь ничего и не произошло. Мы вместе. Мы едем. Мы смеемся. Я всё тот же папа. Просто теперь без машины, зато с годовым абонементом на метро.

Субботний адреналин (а был ли адреналин?).

До этого субботы у меня были отдельной песней. Я «вливался» как надо. Бары, клубы, громкая музыка, возвращение под утро.

Эти субботы были как дешевый коктейль: яркий, пьянящий, а после — головная боль и пустота. Но я почему-то думал, что именно так и выглядит «свобода разведенного мужчины». Спойлер: нет. Свобода — это когда ты можешь провести субботу с теми, кого любишь, и не чувствовать, что что-то теряешь.

И тут случилось чудо.

В очередную субботу я созвонился с дочками. Думал: «Кино, попкорн, стандартный набор отца-героя». Но они сказали:

— Пап, а давай просто во дворе погуляем? Не хочется сидеть в кино.

Я удивился, но согласился. Погуляли. Качели, горки, обсудили, у кого в классе самая строгая училка. Всё как в старые добрые времена, только теперь мы не идем домой вместе, а расходимся в разные стороны.

Время прощаться. Я уже настроился на вечер с пивом и кинескопом. И вдруг:

— Папа... А можно мы сегодня у тебя переночуем?

Честно? Я чуть не заплакал. Прямо там, посреди двора, глядя на песочницу. Сдержался, конечно. Но внутри всё перевернулось. Как будто кто-то нажал кнопку «Пуск» в моем остановившемся сердце.

— Конечно-конечно-конечно! — выпалил я, стараясь не орать от радости. — А мама с бабушкой?.. Позвоните, спросите.

Разрешение получено. Мы идем ко мне. В однушку. С кинескопом, который я, кстати, уже успел заменить на нормальный большой телик (маленькая победа — деньги нашлись, даже не спрашивайте где). Постель купил новую — знал, что рано или поздно пригодятся. Не знал, что так скоро.

Пицца, кола и первый нормальный сон.

Дети легли на большом диване. Я — на кресле-кровати, которое прокликает мою спину каждую ночь. Заказали пиццу. Купили колу. Естественно, я взял себе пивка — традиция, но сегодня оно уже не было главным героем вечера.

Мы бесились. Смеялись до колик. Дочь младшая показывала, как танцует их учительница на физре. Старшая рассказывала, как мальчик из параллели подарил ей «валентинку», а она её порвала, потому что «он нефор». Я слушал и ловил себя на мысли:

«Господи, как же я скучал по этому шуму. По этим голосам. По этому хаосу, который называется "мои дети здесь".»

Впервые за долгое время в этой квартире не было тишины. Не той тишины, от которой звенит в ушах и лезут плохие мысли. А живой, настоящей, с хрустом пиццы и звоном банок колы.

Дети уснули первыми. Сопели, раскинувшись на диване, как два маленьких урагана. А я сидел в кресле, допивал пиво (уже не для того, чтобы забыться, а просто потому что вкусно) и смотрел на них.

И тут меня накрыло. Не болью, нет. Чем-то другим. Тем, что я забыл за эти две недели ада.

Счастьем.

Я не плакал. Я просто сидел, слушал их дыхание и думал: «Вот она, моя победа. Маленькая. На один вечер. Но она есть».

Маленькая победа, которая возвращает в трезвую ясность.

Когда долго живешь в темноте, даже спичка кажется солнцем. А тут — целый фейерверк. Дети спят у тебя дома. В твоей убогой однушке с видом на Лахта Центр. На твоём старом диване. Под твоим старым пледом, который помнит лучшие времена.

Я заснул в ту ночь без тревоги. Без мыслей о бывшей. Без прокрутки диалогов. Просто выключился, как старый кинескоп, который наконец-то показал хороший фильм.

И утром проснулся другим. Не счастливым — рано еще. Но живым. Готовым. Трезвым во всех смыслах.

Как я развелся. Часть 5: Серая зона. Ужастики, лавочная крыса и первые мысли о свиданиях.

Итак, прошло несколько недель. Не скажу, что я всё преодолел — это было бы враньём, от которого лопнул бы даже мой кинескоп, если бы я его не выбросил. Но кое-какие подвижки случились. Организм, как старый дизель, начал чихать, кашлять, но заводиться.

Возвращение в зал: встреча с собственным телом.

Я снова начал периодически посещать спортзал. «Периодически» — это громко сказано. Скорее, я ходил туда раз в неделю, делал два подхода, смотрел на себя в зеркало, понимал, что форма — это мягко сказано, и уходил, купив по пути протеиновый батончик, чтобы заесть чувство вины.

Но сам факт! Я снова надел кроссовки, которые на меня смотрели с укором всё это время. Я снова поднял железо (килограмма три, но всё же). Мышцы болели, но это была хорошая боль. Не та, от которой хочется выть в подушку, а та, после которой думаешь: «Я жив, и даже могу отжаться от пола. Целых два раза».

Пиво по вечерам сократилось. Не закончилось — давайте без фанатизма. Но вместо двух полторашек я иногда выпивал одну. А иногда и вовсе обходился чаем. С печеньками. Вкус взрослой жизни, где главный наркотик — это стабильность, а не пенный напиток.

Субботние ночёвки: наш маленький кино клуб ужасов.

Субботние ночёвки детей стали регулярностью. Теперь это был не подарок судьбы, а ритуал. Как чистка зубов или утренний кофе, только веселее.

Мы придумали традицию: смотреть ужастики. Те самые, которые дома им, естественно, смотреть не разрешали. «Мама сказала, что мне будет страшно спать», — говорила младшая. «А мне мама сказала, что это глупости», — вторила старшая.

Я включал что-нибудь этакое — не слишком кровавое, но с атмосферой. Дети визжали, закрывали глаза руками, а потом через пять минут выглядывали из-под пледа и требовали продолжения. Мы смеялись, когда актёр в фильме делал глупость («Папа, ну кто же идёт в подвал без фонарика?!»), а потом я провожал их в туалет, потому что «там за дверью кто-то есть».

В эти вечера я забывал, что я — разведённый неудачник с абонементом в метро. Я был просто папой, который показывает детям, как круто быть вместе. Даже если вместе — это в однушке с видом на небоскрёб и под пиццу с ананасами (да, я извращенец, и что?).

Бывшая: ненависть как консервант.

Бывшую жену я всё так же ненавидел. Не бурно, как в первые дни, а спокойно, методично, как человек, который разглядывает врага через прицел. Я до сих пор не мог понять: что я сделал не так? Почему у неё закончились чувства? Что значит «выбрать себя»? Выбрать себя — это когда покупаешь новое платье или идёшь на маникюр. А не когда вышвыриваешь мужа из дома после 12 лет совместной жизни.

Я прокручивал в голове все возможные варианты. Может, мало зарабатывал? Да нет, хватало. Может, мало любил? Да я её на руках носил. Может, мало цветов дарил? Да я их столько купил, что местные флористы открыли второй филиал.

Ответа не было. И не будет. И это бесило больше всего.

Я перестал с ней общаться практически никак. Короткие сообщения: «Заберу детей в 16». «Перевёл деньги». «Ок». Сухо, как песок в Сахаре. Она пыталась пару раз завести светскую беседу — я отрезал. Не из мести, нет. Просто мне не о чем говорить с человеком, который однажды сказал «я не люблю тебя» и даже не покраснел.

На алименты она не подавала. Это единственное, за что я был ей благодарен (и то с натяжкой, как рваные джинсы на холод). Мы договорились: я перевожу сам. Честно, вовремя, без напоминаний. Потому что дети — это не поле для битвы. Это тот самый островок, где даже враги могут пить один коктейль через трубочку, если очень надо.

Тот самый звонок: машина, пробег и лавочная крыса.

Прошло два месяца. Я уже начал привыкать к новой жизни, как вдруг — звонок. Бывшая. Голос спокойный, деловой:

— Приходи. Надо поговорить.

Сердце ёкнуло. Я подумал: «Всё, сейчас скажет, что хочет вернуться. Или что продала детей в цирк. Или что переезжает во Владивосток».

Собрался. Пошёл. Встретились во дворе, дети гуляли, а я сел на лавочку напротив бывшей.

И тут я увидел ЕЁ. Сидит рядом с бывшей, надувшись, как индейка на День благодарения. Страшная разведенная стареющая подруга-крыса, которая работает юристом. Вы знаете тип? Такие женщины в разводе счастливее, чем в браке, потому что наконец-то могут разводиться чужое, не занимаясь своим. У неё был взгляд, который говорил: «Я знаю о разводах всё. А ещё я знаю, как вытянуть из мужика последние трусы. И носки прихватить».

Бывшая просит переписать на неё машину. Ту самую, которую я купил.

— Зачем? — спрашиваю.

Она мнётся. Глазки бегают. Подруга-юрист смотрит на меня как удав на кролика.

— Ну... так надо.

Я, вообще-то, с самого начала говорил: «Машина твоя, я на неё не претендую». Но переписывать не хотел — только чтобы при продаже её цена была выше. Потому что один владелец — это святое. Как девственность в рекламе шоколада.

— Объясни зачем, — повторяю я.

Молчание. Подруга-крыса делает страшные глаза. Бывшая смотрит в асфальт.

Я подписал всё, что она хотела. Потому что, знаете, иногда проще согласиться, чем доказывать что-то человеку, который уже давно не слышит. Но перед этим сказал:

— Ты поступаешь глупо. Это твоё дело, но глупо. И та, что сидит рядом, тебе не помощница, а ядовитый плющ.

Подруга-крыса обиделась. Бывшая промолчала. Я ушёл гулять с детьми, чувствуя себя так, будто меня только что обокрали, но при этом дали понять, что кошелек был мой, а теперь почему-то не мой.

Ещё месяц: качели, борщи и пельмени.

Прошёл ещё один месяц. Режим 50 на 50. Вроде отпустило, а вроде по ночам всё ещё просыпаюсь и смотрю в потолок. Вроде перестал пить пиво, а вроде в пятницу купил сразу три полторашки, потому что «настроение — как у робота, которому дали пинка».

Начал готовить борщи. Серьёзно. Взял кастрюлю, накрошил свёклы, морковки, картошки. Позвонил маме: «Мама, как варить борщ?» Она заплакала от счастья, потому что подумала, что я наконец-то женюсь снова. Не дождалась.

Борщ получился... съедобным. Дети сказали: «Нормально, пап, только соли маловато». Я доделал его целую неделю, чувствуя себя холостяком, который случайно открыл кулинарную книгу.

А потом снова неделя пельменей. Потому что борщ — это сила воли, а пельмени — это диагноз.

Но я чувствовал: легче. Медленно, как по наждачной бумаге, но легче.

Что я не делал (и горжусь этим).

За всё это время я ни разу не пытался вернуть бывшую. Ни разу. Даже в самые хреновые дни, когда я сидел и смотрел на дверь, думая: «А вдруг сейчас откроется и она войдёт?» Не вошла. И не войдёт.

Я не умолял. Не писал ей в мессенджеры «давай попробуем ещё раз». Не следил за её соцсетями, выискивая намёки на нового мужчину (хотя, если честно, пару раз пальцы сами тянулись к поиску — останавливал себя мыслью «а нафига?»).

Но признаюсь: бывало такое, что я выходил гулять в истериках. Просто шёл. Без цели. И вдруг оказывался у её дома. Стоял, смотрел на окна, представлял, как она там ужинает, смотрит телик, может, тоже одна. А потом резко разворачивался и уходил, чувствуя себя конченным идиотом.

Сейчас вспоминаю это с дикостью. Как будто смотрю фильм про чужого дурака. Но тогда, в тот момент, это было нормально. Это было частью процесса. Ты идёшь к её дому не потому,

что хочешь вернуть. А потому, что внутри всё ещё есть привычка быть рядом. И ломать её — как отвыкать курить. Тяжело, мерзко, но надо.

Первые мысли о свиданиях: мозг потихоньку просыпается.

И вот, спустя почти три месяца, начали появляться первые ростки. Нет, не любви. Осторожные, робкие мысли в духе: «А не познакомиться ли с кем-нибудь? Чай попить, фильм обсудить, не плакать при этом».

Я заметил, что стал чаще смотреть на женщин. В метро, на улице, в магазине. Не как маньяк, а как биолог, который открыл новый вид. «Интересно, а эта что скажет, если я подойду? Вероятность — 30%, что пойдёт. 20% — что засмеётся. 50% — что просто отвернётся к кассе и будет делать вид, что занята».

Мозг потихоньку приходил в себя. Как после долгой комы. Сначала пальцы шевельнулись, потом открыл глаза, потом захотелось есть, а потом — бац! — мысль о свидании.

Я не торопился. Я знал, что первый блин может быть комом, а первый развод уже был. Но сам факт, что я думаю о будущем, а не пережёвываю прошлое, был огромной победой. Победой, о которой никто не узнает, кроме меня и, возможно, этого текста.

Как я развелся. Часть 8: «Непристойное предложение» и врач на БМВ.

Итак, общение началось. Переписка, как это обычно бывает, сначала вяленькая: «привет», «как дела?», «нормально, а у тебя?», «тоже нормально». Стандартный набор роботов, которые пытаются имитировать человеческое общение.

Но потом понеслось.

Кто эта женщина?

Из переписки я выяснил следующее (готовьте блокноты, тут есть на чём остановиться):

Она заведующая отделением. В больнице. Серьёзно, эта женщина командует людьми в белых халатах. Представляете? Я еле командую собой, чтобы по утрам чистить зубы, а она там принимает стратегические решения, вероятно, кому какую дозу и когда выписать.

Ездит на БМВ. Не совсем новенькой, но на БМВ, Карл!

Живёт в маленькой студии. Микроскопической. Такая, что если чихнуть, можно вылететь из окна. Тоже в ипотеку. Видимо, любовь к недвижимости у нас общая — я свою однушку снимаю, она свою студию выкупает.

Жёстко выгорает на работе. Как все врачи, особенно завы. Я думал, что я выгорел после развода, а она выгорает каждый день, спасая чужие жизни. У нас были разные пельмени в холодильнике, но дно — оно общее.

Мы общались. Много. По-настоящему много. Не эти «привет-нормально-пока», а живые, настоящие диалоги, где я вспоминал, что умею шутить, а она — смеяться.

Громкая связь: возвращение в женский мир.

И в один из вечеров она позвонила. По громкой связи. Прямо по пути с работы до дома.

Я и забыл, как девушки умеют много и бессмысленно говорить. Нет, это не оскорбление. Это констатация факта, который одновременно бесит и умиляет. Они могут рассказывать про начальника, который достал, про коллегу, которая странно посмотрела, про кота, который не ест новый корм, и про то, что на неделе нужно купить какую-то хрень для дома — всё это одним потоком, без пауз, на одном дыхании.

Я сидел, слушал, иногда вставлял «ага», «угу», «вот дура» и чувствовал себя так, будто вернулся из космической пустоты на Землю. Туда, где есть жизнь, голоса, эмоции. И где женщина по ту сторону трубки не пытается тебя убить или ограбить, а просто делится своим днём.

Это было... странно. И приятно. Как первый глоток тёплого чая после долгой прогулки по морозу.

Предложение встречи: почему паб?

Через несколько дней я решил: хватит переписок, пора в реальность. Предложил встретиться. В пабе.

Почему в пабе? О, тут у меня целая философия, выработанная методом тыка и двух неудачных походов в музей.

Я не упоминал раньше, но я ходил на «правильные» свидания после развода. В парки, в музей, в кафе с белыми скатертями. С цветами (да, представляете, я даже нёс букет, как герой дешёвого сериала). И знаете что? Это было скучно и бесперспективно. Абсолютно. Люди сидят, притворяются, боятся испачкаться, боятся ляпнуть лишнее, боятся, что не так посмотрят. Итог: два часа напряжённой вежливости, и ты выходишь оттуда более опустошённым, чем до свидания.

А паб — это другое. Там шумно, там можно есть еду руками, там несколько бокалов развязывают язык, и через час ты понимаешь: этот человек смешной или этот человек зануда. И если не получится, то хотя бы весело проведёшь время. С пивом и картошкой фри. Это уже победа.

Она согласилась сразу. Без кокетливого «ой, ну не знаю, может, в следующую пятницу?». Сразу: «Да, во вторник. Во сколько?».

Я чуть не поперхнулся. Женщина, которая знает, чего хочет? В моём разведённом расписании? Быть того не может.

Свидание: весело, странно и пугающе.

Мы встретились. Я пришёл без цветов (сознательно, пусть сразу знает, что я практичный). Она пришла... с улыбкой. Обычной, не натянутой, не дежурной. Я подумал: «Кажется, это уже хороший знак».

И мы провели время просто отлично. Серьёзно. Смеялись. Шутили. Она рассказывала про пациентов, которые приходят с тем, что «у меня болит здесь», а «здесь» оказывается просто газ. Я рассказывал про бизнес, про брата, про китайского дракона. Она не закатывала глаза, когда я говорил про Cheryl. Уже лайк.

Вечер пролетел. Мы вышли из паба, и я понял, что совсем не устал. Обычно после свиданий я выходил с ощущением, что отработал смену на заводе. А тут — бодрый, весёлый, даже захотелось пройтись.

Поцелуев не было. Ни в тот вечер, ни в следующий, ни через два. Мы просто встречались, болтали, ели, смеялись. Я боялся форсировать. Она, кажется, тоже. И это было нормально.

Звонок с корпоратива: «Забери меня».

И тут в один прекрасный (или не очень) вечер раздаётся звонок.

— Привет, ты занят?

— Э-э-э, нет. Картошку жарю.

— Забери меня с корпоратива. Пожалуйста. Я тут... устала.

Я понял всё. Корпоративы — это то место, где врачи после смены пытаются расслабиться и обычно перебирают. Она была на взводе. Я бросил картошку (она, кстати, подгорела, RIP), сел в китайского дракона и поехал.

Приезжаю. Стоит наша героиня, слегка нетвёрдая, но с королевской осанкой. Садится в машину. По дороге молчит, только иногда хихикает.

— Ты чего? — спрашиваю.

— Ничего, — хихикает. — Езжай ко мне.

Окей, едем к ней. Поднимаемся. Маленькая студия, уютный хаос, пахнет чем-то домашним. Она снимает пальто, поворачивается ко мне и буквально на пороге, глядя прямо в глаза, произносит фразу, от которой у меня отвисла челюсть и остановилось сердце:

— Я сейчас сделаю тебе непристойное предложение.

Я замер. В голове — белый шум. Непристойное? Какое? Она хочет украсть мою почку? Попросить денег в долг на ипотеку? Предложить полететь на Бали прямо сейчас?

— Какое? — выдавил я.

— Останься на ночь. У меня. Прямо сейчас. Без вариантов.

Шок и «непристойность» на пороге.

Я не знал, куда девать глаза. Потому что, понимаете, до этого момента у нас были идеальные, почти платонические встречи. Мы даже руки не держали, если честно. А тут — бац! — «непристойное предложение».

Я сначала подумал, что она шутит. Ну правда, не бывает такого. Чтобы женщина сама, так прямо, без намёков, расшаркиваний и «ой, уже поздно, оставайся на чай». Нет, она сказала: «Останься на ночь». И лицо у неё при этом было такое... как у командира на задании.

— Ты серьёзно? — спросил я, надеясь, что она рассмеётся и скажет «да прикалываюсь, дурачок».

— Серьёзнее некуда, — ответила она, и её взгляд не дрогнул.

Что я сделал? Правильно. Остался. Потому что, знаете, когда жизнь в четвёртый раз стучится в дверь с таким предложением, уже неудобно отказывать. Тем более она была красивая, смелая и немного пьяная. Это гремучая смесь, которая сносит любые барьеры, включая мои.

Утро было... особенным.

Утро и «прости, мне так стыдно».

Я проснулся первым. Она спала, раскинувшись на кровати, и выглядела как ангел, который вчера совершил незначительное хулиганство. Я лежал, смотрел в потолок её студии, слушал, как где-то за стенкой соседи собираются на работу, и думал: «Что сейчас будет?»

Она проснулась. Посмотрела на меня. Потом глаза расширились, щёки залились краской, и она, натянув одеяло до подбородка, сказала:

— О господи. Я вчера... это... прости. Мне так стыдно.

— За что? — спросил я, хотя прекрасно понял, за что.

— Я никогда так не делаю. Правда. Это корпоратив. И вообще.

Она начала оправдываться. Говорила быстро, сбивчиво, как школьница, которую поймали на списывании. Я слушал и улыбался. Потому что это было так по-человечески, так по-настоящему, что все мои предыдущие «правильные свидания» с цветами и напряжённой вежливостью показались фальшивкой.

— Слушай, — сказал я, когда она сделала паузу. — Всё нормально. Я не обиделся. И не жалею. Если ты не жалеешь.

Она помолчала. Потом тихо сказала: «Я не жалею. Просто не ожидала от себя такого».

Мы вместе позавтракали (она нашла в холодильнике яйца и сделала омлет, это был самый вкусный омлет в моей разведённой жизни), и я поехал домой. С чувством, что гравитация изменилась. Или я изменился. Или всё вместе.

Дальше — проще, дальше — лучше.

Мы ещё несколько раз встречались. И в следующий раз ей уже не было стыдно. Она действовала без корпоративного подогрева, а вполне осознанно. И это было даже лучше. Потому что трезвая женщина, которая знает, чего хочет — это сила. С ней не нужно угадывать, не нужно гадать на кофейной гуще, не нужно притворяться. Она говорит: «Хочу» или «Не хочу». Без театра.

Мне это нравилось. Всё нравилось. Её напор, её смех, её рассказы про больных, которые считают, что знают медицину лучше доктора. Её студия, в которую я уже знал дорогу. Её БМВ, стоящий рядом с моим китайским драконом — как союз двух разных планет.

Так продолжалось какое-то время. Я не торопился с выводами, не говорил громких слов, не думал о свадьбе. Я просто наслаждался. Тем, что жизнь, которая пару месяцев назад лежала в руинах, теперь вставала на ноги, улыбалась и предлагала остаться на ночь.

Как я развелся. Часть 9: Сказка закончилась. И это нормально.

Ну что ж, друзья. Помните, я говорил, что не тороплюсь с выводами? Не говорю громких слов? Не думаю о свадьбе? Правильно делал. Потому что сказка, которая началась с «непристойного предложения», закончилась так же быстро, как и началась. И знаете что? Я не жалею. Ни о единой минуте.

Короткое счастье: пара месяцев, которые стоили многого.

Пару месяцев мы встречались. Она знала всё. Про детей — знала. Про съёмную квартиру — знала. Про то, что я не бедный, но и не богатый — знала. Про последствия развода, которые в финансовом плане рассасываются медленнее, чем зубная паста в тюбике — тоже знала.

Я не строил иллюзий. Я просто жил. Мы ходили в рестораны — я платил. Мы ездили на выходные — я оплачивал бензин (и её БМВ жрёт, знаете ли, не как мой китайский дракон). Мы смеялись, мы разговаривали, мы строили планы — не глобальные, а на «в следующую субботу». И мне хватало. Ей, казалось, тоже.

Но, видимо, казалось — это такое слово, после которого всегда идёт «а на самом деле».

Ночь, которая всё убила.

В один прекрасный день она решила переночевать у меня. Не в своей студии, не в отеле, а именно у меня. В моей однушке. С видом на Лахта Центр, обновлённым интерьером (я, кстати, купил новый диван, повесил нормальные шторы и даже завёл комнатное растение, которое, увы, не пережило этого визита).

Я старался. Правда. Убрался до блеска. Купил свечи (серьёзно, я купил свечи, словно персонаж женского романа). Приготовил ужин (не пельмени, а настоящий ужин с мясом и овощами). В общем, изобразил бурную деятельность по созданию уюта.

Она приехала. Осмотрелась. Улыбнулась. Ничего не сказала.

Но я видел. Я видел, как её взгляд задержался на деревянной входной двери из 90-х. Той самой, которую красили раз пять, и каждый раз она становилась только страшнее. Я видел, как она принюхалась к запаху подъезда, когда мы поднимались (этот амбре из кошачьей мочи, старых ковров и чужой жареной картошки — его невозможно скрыть даже самыми дорогими духами). Я видел, как её плечи слегка напряглись, когда она села на мой новый диван и огляделась.

Она не сказала ни слова. Ни «как мило», ни «уютно», ни «надо же, как ты стараешься». Просто молча улыбнулась. И эта улыбка была хуже любого слова.

Ночь прошла нормально. Мы даже хорошо выспались. Но утром, когда я провожал её до машины, она чмокнула меня в щёку и сказала: «Пока. Я позвоню». И я уже знал — не позвонит.

Чувствуете эту магию разрыва? Когда человек говорит «я позвоню», а ты читаешь в его глазах «прощай, и спасибо за дивный ужин, но дверь 90-х я не переживу».

Расставание: «Окей, надо так надо».

Через несколько дней она приехала ко мне. С пакетом. В пакете — мои мелкие вещи, которые я забыл у неё. Зарядка, футболка, какая-то книга. Я посмотрел на пакет и всё понял ещё до того, как она открыла рот.

— Нам нужно расстаться, — сказала она. Без истерики. Без слёз. Без «ты замечательный, но...». Просто факт.

— Окей, — сказал я. — Надо так надо.

Она ушла. Я закрыл дверь. Сел на новый диван. Посмотрел на деревянную дверь из 90-х. И меня накрыло.

Второй раз — не легче.

Я думал, что после развода, после того ада, который я прошёл, любое следующее расставание будет для меня как семечки. Щёлк — и забыл. Ага. Щас.

Меня вышибло. Не в ту глубокую яму, как в первый месяц, но вышибло знатно. Пару недель я снова ходил с лицом человека, у которого умерла собака, а заодно и весь оптимизм.

Я прокручивал в голове ту ночь. Её взгляд. Дверь. Запах подъезда. И понимал: да, стыдно. Мне реально было стыдно приводить её в эту квартиру. Не за себя, не за свою жизнь — за этот долбаный подъезд, за эту дверь, за всё, что я не мог изменить, потому что я не хозяин, а съёмщик. Временный. Как в гостинице, только без горничной и с соседями, которые курят на лестнице.

Но у меня был опыт. Гадкий, тяжёлый, но опыт. Я знал, что делать. А по сути — ничего. Просто ходить на работу, делать, что должен делать, и не выть по ночам в подушку. Потому что вой не помогает, а подушка намокает и пахнет сыростью.

Я не пил. Не заедал пельменями. Не ходил под её окна. Я просто жил. Автоматически. Как робот, у которого сгорела лампочка «эмоции», но шестерёнки всё ещё крутятся.

Как быстро вспыхнуло, так быстро прогорело.

Через две недели я пришёл в себя. Не потому, что я супермен, а потому, что это были просто две недели. Не два месяца, не полгода, а так — лёгкое сотрясение на фоне тяжёлой черепно-мозговой травмы под названием «развод после 12 лет».

Я понял несколько вещей.

Первое: я не любил её. Правда. Мне нравилось с ней, мне было хорошо, но это была не та любовь, после которой умирают или строят алтари. Это был отдых. Курорт. Приятный, тёплый, но временный.

Второе: мне реально было стыдно за квартиру. И если я не могу изменить съёмный статус, то я могу изменить условия. Убрать этот фактор. Спрятать его за нормальными дверями и приличным подъездом.

Третье: я снова один. И это не страшно. Потому что в одиночестве, оказывается, можно не только страдать, но и думать, и планировать, и двигаться дальше.

Решение: студия в апарт-отеле.

Я принимаю решение. Резкое, как разрыв шаблона. Снимаю небольшую студию в апарт-отеле. Цена та же, что и за мою однушку. Площадь — меньше. Места — кот наплакал. Но зато там:

Холл. С коврами, диванами и пафосной люстрой. Ты заходишь и чувствуешь себя не бомжом с ключами, а человеком.

Лобби-бар. Где можно спуститься в тапочках и выпить кофе, и никто не посмотрит косо. Ремонт. Современный. Двери нормальные. Замки, которые не открываются с ноги.

Никаких бабок с семечками на скамейке. Никаких запахов чужой еды и кошачьей территории. Никаких грязных подъездов, где стены помнят Брежнева.

Площадь меньше — да. Но я живу один. Мне не нужна гостиная для приёма послов. Мне нужна крепость, в которую не стыдно привести человека. И где самому не стыдно проснуться.

Я переезжаю ближе к работе. Детей теперь буду забирать на машине — спасибо, китайский дракон, ты выручаешь. С ними мы, кстати, на связи каждый день. Субботние ночёвки продолжаются, просто теперь в новой студии. Они оценили: «Папа, тут классно, как в кино». Детская похвала — дороже любых апартаментов.

Пару недель — и я в порядке.

Честно? Действительно хватило пары недель, чтобы прийти в себя. Я не врал, когда говорил, что знаю алгоритм. Он простой, как три копейки:

Признать, что больно. Не врать себе «да всё нормально, я же мужик». Нет, не нормально. Но это пройдёт.

Занять себя делом. Работа, уборка, готовка, перестановка мебели. Лишь бы руки были заняты, пока голоса в голове не затихнут.

Не пить. Потому что алкоголь превращает две недели в два месяца, а два месяца — в клинику.

Говорить с детьми. Они — лучшее лекарство. Одна их улыбка заменяет сеанс психотерапии (и дешевле в разы).

Пару недель я был грустным, тихим, немного потерянным. А потом... бац! — и отпустило. Не резко, как в прошлый раз, а постепенно, как отступающая вода. Утром я проснулся, посмотрел на новый потолок, на нормальные обои, на вид из окна (теперь не Лахта Центр, а тихий двор с деревьями) и подумал: «А ничего так. Живём дальше».

Что я понял?

А понял я простую, как дверь из 90-х, вещь. Не все женщины, которые приходят в твою жизнь, остаются. Некоторые — как анестезия после операции: помогают пережить самый острый период, а потом уходят, и это нормально.

Мне не стыдно за ту квартиру. Мне стыдно, что я стыдился. Теперь я живу там, где не стыдно. Но главное — я перестал оценивать себя через квадратные метры и запахи подъезда. Я — это не моя съёмная студия. Я — это мой опыт, мои дети, мой бизнес, мой китайский дракон, мои шрамы и мои победы.

А студия — это просто коробка. Красивая коробка, но коробка. Счастье внутри не живёт. Оно живёт в голове. И теперь оно, кажется, переехало вслед за мной. Без очереди и без депозита.

Как я развелся. Часть 10: Полумарафон, грязные кроссовки и друг-диджей.

Ну что ж. Поплакали, порыдали — идем дальше. Это, кстати, самое мудрое, что я вынес из всей этой истории. Слезы — это топливо для души. Но если залить двигатель, он заглохнет. Поэтому заплакали ровно столько, сколько нужно, вытерли носы, зашнуровали кроссовки и побежали.

Буквально.

Самооценка: от «я овощ» до «я бегу, значит, существую»

После расставания с врачом на БМВ моя самооценка снова ушла в пике. Не в то глубочайшее, как после развода, а так — в неглубокое, похожее на яму с водой после дождя. Вроде и не утонешь, но идти мокро и неприятно.

Но я уже знал рецепт. Спортзал. Железо. Свои полтора часа в день, когда ты не думаешь о женщинах, квартирах, долгах и бывшей. Ты думаешь только о том, чтобы дожать эту гребаную штангу и не умереть прямо здесь, под одобрительные крики качка в трико.

Самооценка поправилась быстро. Потому что когда ты смотришь в зеркало после душа и видишь не мешок с пельменями, а очертания мышц — это уже победа. Маленькая, локальная, но победа. И их, маленьких побед, должно быть много. Как горошин в той самой каше, которую ты теперь умеешь варить.

Полумарафон: друг-стоматолог и его гениальная идея

И тут мой лучший друг — он же стоматолог, он же человек, которому я доверил свои зубы еще когда он был студентом, когда никто не соглашался быть его пациентом на практике — говорит:

— А давай полумарафон?

Я поперхнулся чаем.

— Ты в своём уме? Я 10 км максимум бегал. И то с остановками на «пофоткаться» и «ой, какая птичка».

— Ничего, — говорит, — подготовимся. Бег — это же просто. Ноги переставляешь. Быстрее, чем в жизни от проблем.

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.