



НОРМАЛЬНЫЕ
чувства

ОКСАНА
ЮЮКИНА

18+

Оксана Ююкина
Нормальные чувства

«Автор»

2026

Ююкина О.

Нормальные чувства / О. Ююкина — «Автор», 2026

Золотая медаль. Две квартиры. Три красных диплома. Высокая зарплата. Известность. Неинтересно? Думаете, очередная история успешного успеха? А если так: Десять лет сексуального насилия. Девять лет панических атак. Восемь лет тревожного расстройства. Полжизни в больницах. Пожизненный страх, что всё повторится снова. Всё ещё думаете, что моя жизнь — успех?

© Ююкина О., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Чувство первое. Страх	5
Чувство второе. Доверие	7
Чувство третье. Свобода	9

Оксана Ююкина

Нормальные чувства

Чувство первое. Страх

Говорят, что дом — крепость для человека. Его защита, его безопасность, его надежное убежище. Дом моего детства таким никогда не был.

Щёлк.

Старая дверная ручка не скрипит, не визжит, не изрыгает проклятия. Тихонько щёлкает, но от этого звука сердца срывается куда-то в подвал, откуда трусливо бьётся, чтобы не упасть замертво. Желтоватые обои вместе с запахом пустоты и пыли встречаются на пороге. Сжимаю кулаки крепче. Ногти впиваются в кожу, оставляя восемь изогнутых месяцев. Видя мой ступор, муж заходит первым. Осматривается. Решаюсь и я.

Кажется, вот оно — счастье. Двухкомнатная квартира между садом, школой и остановкой автобуса. Бесплатно! Пляши, радуйся, сияй. Но сердце всё ещё тревожится где-то там внизу. Захожу, хлопаю тяжелой дверью. Дверью, в которой сантиметров шесть дерева и миллиметров восемь металла. Крепкая, надёжная, безопасная. Запирающая наедине с ужасом внутри.

— Солнце, иди сюда! — муж зовет из зала. Его голос эхом прокатывается по пустым комнатам, продолжая удерживать меня на грани разума.

Я иду прямо в сапогах по старому выцветшему и потрескавшемуся линолеуму, хотя раньше бегала по нему же босыми пятками. Хочется красиво и мстительно раздавить какой-нибудь кусок обвалившейся штукатурки, чтобы как в кино, но увы. Вокруг всё, хоть и сделано лет пятнадцать назад, да только держится крепко. На совесть. Беру рулетку из рук мужа, тяну. Он набрасывает чертёж с расстояниями, говорит что-то про плинтуса, обои и розетки.

Я же вижу не пустую комнату, а призраков. Здесь когда-то стоял диван-раскладушка, моё любимое кресло, стеллаж, телевизор, папин кабинет с компьютером. Балкон утопал в цветах настолько, что казалось, там будет тесно и одному человеку. Сейчас там можно было бы уместить целый диван. Когда-то заставленная мебелью и вещами комната теперь выглядит необъятной, просторной, широкой и... безмерно давящей.

Выхожу в коридор. Сбегаю. Два высоких практически до самого потолка шкафа вызывают дрожь. Они стоят здесь с той же неподвижностью, что и пятнадцать лет назад, как два молчаливых свидетеля, которые никому ничего не расскажут. Зеркала в полный рост отражают бледную, испуганную девочку лет трёх, которая явно кричит, умоляет о помощи. Закрываю глаза.

Это не я.

Пожалуйста, это правда не я.

Я больше не она.

Не она, правда?

Тёплые руки ложатся на талию, острый подбородок утыкается в плечо.

— Всё в порядке? Опять кружится голова?

— М-м-м.

Отвечать не хочется, открывать глаза тоже, но Подсматриваю одним. В зеркале — всё ещё бледная и испуганная, но взрослая девушка. Длинные волосы заплетены в «дракончика», потрёпанная футболка из тех, которые не жалко, сидит по фигуре. Чуть загорелые мужские руки на её талии на контрасте кажутся смуглыми и сильными. Безопасными.

— Посидишь? Я ещё ванну и кухню замерить хочу.

— Хорошо.

Очевидная ложь, ведь сидеть здесь негде, кроме как на грязном полу. Муж её принимает, лишь встревоженный взгляд согревает теплом. Он тот, кто не позволит споткнуться или упасть.

— Я быстро, — добавляет муж, и в его голосе столько обычной, будничной уверенности, что я почти верю, что здесь действительно можно построить дом.

Чувство второе. Доверие

Тик-так, тик-так, тик-так. Часы раздражающе отсчитывают минуту за минутой, пока Малышка болтает ногами. Тик-так, тик-так, тик-так. Ритм заученный, привычный. Скучно. Злит, что нельзя бегать. Злит, что сидеть здесь приходится часами. Злит, что в глаз капают щипучие капли, от которых слёзы сами срываются с ресниц. Но Малышка продолжает болтать ногами, задавать сотню вопросов в секунду и плакать, когда больно.

Тик-так, тик-так, тик-так.

— Проходите. — Из кабинета выглядывает уставшая женщина в белом халате, оставляя дверь приоткрытой.

Малышка хватая папу за палец своей маленькой ладошкой, тянет туда, где опять будут светить в глаз, пытаюсь найти что-то похожее на сокровища, но такие, которые лучше не иметь. Конечно, светить — гораздо лучше, чем тыкать палочкой в мерзкой слизи в закрытое веко¹. Светить не больно. Светить не видно. Для неё в левом глазу темно уже несколько дней.

Папа сидит на соседнем стуле и держит за руку — он сильный, но напряжённый, встревоженный, бледный и совсем не смеётся. От этого только страшнее.

— Проникающее ранение на шести часах, воспаление пошло внутрь. Катаракта задевает часть хрусталика и стекловидного тела. Мы можем выписать противовоспалительные капли и лекарства, но ничем больше не поможем.

— А нам что делать?

— Готовиться к операции, искать врача. Нужно менять хрусталик, вырезать поражённую стекловидку. Операция тяжёлая, сложная, организм может не выдержать, — в голосе врача тихая грусть, но больше ничего.

Здесь уже привыкли видеть таких. Безднадёжных.

— Какие клиники вы посоветуете?

Ей неинтересно, скучно, непонятно. В почти три года хочется смотреть мультики, спрашивать почему шуршит пакет, а не узнавать, что такое операция, стекловидное тело и почему мама там в трубке плачет после папиного звонка. Папа, бледный, встревоженный, напряжённый, выдавливая из себя улыбку.

Она верит, что всё в порядке.

Чувствует, что её не обманут.

Знает, что взрослые умнее, что объяснят всё на свете, что подскажут, как жить.

Малышка прыгает по классикам на улице, катается с горки, хохочет в голос, просит мороженое за пару рублей и с удовольствием угощает им папу. Одного глаза в целом достаточно, чтобы видеть, ведь когда тебе почти три, ты не думаешь, что с тобой что-то не в порядке, если ты отличаешься от других.

Папа с каждым днем всё бледнее, худее, а города сменяют друг друга слишком быстро, чтобы запомнить. Где-то Малышка катается с синей горки, а где-то с зелёной, иногда попадает металлическая труба, в которой застрять очень страшно, но стремительно лететь вниз — очень весело.

Капли, осмотры, липкая палочка, незнакомые слова.

Всё повторяется раз за разом, пока они не находят другой ответ:

— Это лечение не надёжное, непроверенное, но можно попробовать. — Доктор вздыхает, потирая переносицу. — Если ничего не получится, тогда останется только операция. Мы можем направить в Москву.

¹ Имеется ввиду УЗИ глаза

— Хорошо, — в голосе папы впервые звучит облегчение, да и, кажется, улыбается он совсем по-настоящему.

Малышка же в три года пытается разобраться, чем операция хуже жгучих капель, уколов под глаза и в вены, таблеток, бесконечных осмотров и проверок. Не понимает, но однажды всё же снова видит свет левым глазом.

Операция — это страшно, раз её боится даже такой сильный и смелый папа. Малышка очень рада, что всё обошлось так легко.

Чувство третье. Свобода

Искра получила первую зарплату и знала, на что потратит её ровно через секунду после того, как увидела сумму на карте. Первую внушительную сумму, превысившую даже самые смелые мечты на постоянной работе, с которой не выгонят, не уволят, как только закончится трёхмесячный контракт. Теперь контракта нет, и она уже месяц официальный сотрудник.

— Я куплю абонемент, — сказала Искра мужу, когда они шли по осенней улице, с сияющей желтизной листьев под ногами. — В бассейн, на год! Теперь я успею выходить хоть восемь, хоть двадцать посещений.

Искра сияла улыбкой, потому что всё ещё помнила, что в институте было нельзя купить меньше восьми посещений на месяц — заболел, пропустил из-за сессии — плати снова. Здесь же свобода!

— Тут даже можно отплавать два занятия за раз, представляешь?

Муж никогда не спрашивал «зачем тебе это», не говорил «это очень дорого», не сомневался в её решениях. Да и как бы Искра могла рядом с ним сиять, если бы ежедневно слышала, что не заслуживает даже капельку радости? Муж и на этот раз улыбнулся, сжал её пальцы и сказал:

— Я тогда на скалолазание, зайдёшь за мной, как наплаваешься. В кафе с ребятами посидим.

— Да, конечно, давно Ниночку не видела. — Искра беззаботно раскачивает их сплетенные ладони, будто не ей совсем скоро исполнится двадцать четыре. — Догоняй!

Искра со смехом бросилась вверх по ступенькам, совершенно не боясь поскользнуться или упасть. Муж мог бы догнать её в два больших шага, но вместо этого притормозил, позволяя выиграть — за эту улыбку он был готов проиграть хоть тысячу раз. В «Арктике» Искра притормозила, с любопытством оглядываясь: просторный уютный холл вёл сразу к гардеробу, кассе и несколькими лестницам, создавая одновременно и увлекательный лабиринт и загадку.

К кассе Искра подошла решительно, уверенно, но тут же неловко замялась, пока очаровательная женщина за стеклом не решила помочь:

— Вам абонемент? Куда и на сколько посещений?

— В бассейн, двенадцать посещений на год.

Искре казалось, что это невероятное богатство — иметь доступ к воде в любое время, когда захочешь. Хоть страх немного и касался её сердца привычным «не успеешь отходить за месяц», Искра топила его в пузырящемся счастье души. С заветной бумажкой и резиновым браслетом, она практически взлетела на второй этаж, следуя за длинноволосой девушкой, которая сама того не зная, вела Искру к мечте.

Шкафчик с номером тринадцать удалось отыскать не так быстро — казалось, что большинство цифр были расположены просто так, не имея ни логики, ни последовательности. Искра торопливо стянула тесную одежду, оставшись в слитном купальнике с фиолетовой полосой на груди, такая же яркая шапочка с третьей попытки оказалась на волосах, а сверху её прижали синие плавательные очки — всё простое, недорогое, но дарило ощущение, что она снова плывёт за сборную города и является если не чемпионкой мира по плаванию, то явно чемпионкой по улыбкам.

— На какую дорожку можно? — голос Искры, когда она подходит к тренеру, звучит чуть смущённо.

— С третьей по шестую свободно.

— Спасибо!

Искра скинула резиновые тапки у четвёртой дорожки, сделала стартовую стойку и тут же оказалась в воде. Здесь пахло хлоркой, гелем для душа и чем-то родным. Гребок. Вдох. Гребок.

Вдох. Мышцы напрягались и расслаблялись в привычном ритме, который её тело помнило с детства — с тех тренировок в «Фортуне», ледяного торта и дня рождения, когда она ещё чувствовала себя просто ребёнком. Только теперь не нужно было никуда спешить: не было тренера, который кричал бы «быстрее», на горизонте не маячили соревнования, а в сердце не было страха, что она не выдержат.

Уверенный ритм гребков, ласковые волны от соседних дорожек и крепкое тело, которое слушалось только её. Искра проплыла больше километра, прежде чем остановилась хотя бы на пару минут. Лёгкие горели, мышцы гудели, а жар расплзался по лицу так, что хотелось нырнуть и присидеть под водой минут пять, чтобы остыть. Она снова дома.

Но отмеренный час закончился быстрее, чем сердце сменило восторг, на спокойствие, поэтому Искра тянула время как могла — проплыла к лестнице, которая подальше на одну дорожку от бортика, медленно обула тапочки и каждую секунду оглядывалась на воду, пока тяжёлая дверь не спрятала её в раздевалке. Как бы она не растягивала мгновения счастья, волосы были высушены, мокрые вещи сложены, а вокруг глаз практически сошли красные круги от плавательных очков.

Муж уже ждал в кафе, окликнув Искру раньше, чем она двинулась в сторону скалодрома. Тело было расслабленным, практически вялым от такой интенсивной тренировки, а на столике стоял имбирно-малиновый чай и нежный кусочек чизкейка.

— Ну как? — спросил муж, даже не дожидаясь, пока Искра сядет.

— Пятьдесят метров радости, — ответила она, впервые увидевшая такой бесконечно длинный бассейн.

Пусть кафе не было отделено от общего холла, оно всё равно оставалось маленьким, уютным, с деревянными столиками и запахом корицы. Они сидели возле окна, и за стеклом проходили редкие по вечерам люди — кто-то с собакой, кто-то с коляской, кто-то просто зевал, уткнувшись в телефон.

Она рассказывала, как плавала и чувствовала каждое движение мышц.

Он — как впервые пролез новый сложный маршрут то с удобными зацепками, то с теми, за которые не ухватишься и двумя пальцами.

— Ребята ещё на тренировке, но можем их подождать. Ты не устала после работы?

— Немного, но там интересно. — Искра пожала плечами, не собираясь признавать, что боится ошибиться даже сильнее, чем со специями во время готовки. — Мы с Артёмом сегодня полчаса пытались найти руководство по эксплуатации к прибору. В итоге нашли на китайском, где три страницы переводчик просто писал «не ронять».

Муж рассмеялся, и от этого звука у неё в душе стало теплее. Когда они нашли в себе силы встать из-за стола, одеться и вышли из «Арктики» на улице уже стемнело. В её пальцах была ладонь мужа, в кармане — абонемент на счастье, и Искра чувствовала, что этот год, даже если от него осталось всего три месяца, будет лучшим.