

Гвендалина Миддей

18+



Как классика помогает  
справляться с жизненными  
трудностями

 **БОМБОРА**  
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Книготерапия. Знания, которые помогают  
справляться с жизненными трудностями

Гвендалина Миддей

**Понедельник с Лолитой. Как  
классика помогает справляться  
с жизненными трудностями**

«ЭКСМО»

2025

УДК 159.9:82  
ББК 88.4

## **Миддей Г.**

Понедельник с Лолитой. Как классика помогает справляться с жизненными трудностями / Г. Миддей — «Эксмо», 2025 — (Книготерапия. Знания, которые помогают справляться с жизненными трудностями)

ISBN 978-5-04-248827-6

«Я хотела от книг исцеления. Умения сиять, идти в мир с более смелым взглядом и отважным сердцем. И все это стало возможным» Гвендалина Миддей, итальянская писательница и журналистка, превращает мировую классику в живые уроки о власти и одиночестве, вине и свободе. Благодаря им вы сможете взрастить внутреннюю устойчивость и развить критическое мышление. Автор считает, что нет лучше психолога, философа и тренера по личностному росту, чем классическая литература. Именно она открывает нам глубину человеческих характеров и многогранность мироустройства. Если, конечно, рядом есть тот, кто может помочь воспользоваться её сокровищами. С этой книгой вы: научитесь читать между строк и замечать скрытые автором смыслы; начнете распознавать манипуляции и подмену понятий в текстах и жизни; соберете «библиотеку опоры», которая станет вашим личным ресурсом в периоды турбулентности; получите глубокие темы для размышлений дискуссий и станете блестящим собеседником.

УДК 159.9:82

ББК 88.4

ISBN 978-5-04-248827-6

© Миддей Г., 2025

© Эксмо, 2025

# Содержание

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| Вступление                        | 7  |
| Выходим в море. Гомер             | 10 |
| Возвращаясь домой                 | 12 |
| Конец ознакомительного фрагмента. | 13 |

# **Гвендалина Миддей Понедельник с Лолитой. Как классика помогает справиться с жизненными трудностями**

*Книги – вот кто никогда не покинет вас. Вы, конечно, можете время от времени оставлять их, книги, а то и вовсе предать, но они никогда не отвернутся: в полном безмолвии и с безграничным смирением они просто ждут вас на полке.*

*Амос Oz*

SOPRAVVIVERE AL LUNEDÌ MATTINA CON LOLITA  
di Guendalina Middei

© Giangiacomo Feltrinelli Editore Milano  
Prima edizione in «Scintille» gennaio 2025  
Published by arrangement with ELKOST International literary agency

© Половинко Н., перевод на русский язык, 2026  
© ООО «Издательство «Эксмо», 2026

## Вступление

*Когда я думаю обо всех книгах, которые мне еще предстоит прочесть, я точно знаю, что по-прежнему счастлив.*

**Жюль Ренар**

Однажды на станции метро я увидела плачущую девушку с потрепанным экземпляром «*Степного волка*»<sup>1</sup> в руках. Книга затронула в ней что-то очень глубокое, растрогала до слез. Я тоже помню, как впервые открыла Германа Гессе<sup>2</sup> и была потрясена. В другой раз в поезде со мной ехал мужчина и буквально надрывался от смеха – он читал «*Записки из подполья*»<sup>3</sup>.

Удивляюсь, когда мне задают вопрос: «Какие классические произведения нужно прочесть?» Не спрашивайте, какие книги следует прочесть, потому что так велит критика, учреждения или старые профессора, которых вы никогда в жизни не видели! Чтение не терпит никакого «должен».

Лучше спросите себя: «Какие классические произведения я бы хотел прочесть? Что мне нужно? Какие из них вернут мне энтузиазм, сострадание, пыл, душу или сердце? Не станут поучать и воспитывать, но спасут и помогут найти себя, свое время, свое сердце?»

Говорят, Александр Македонский в свои походы брал золотой ларец. В нем хранились не драгоценности, золото и сокровища, а стихи «*Илиады*». Один из самых могущественных полководцев в истории, чье царство простиралось на большую часть известного тогда мира, считал самым дорогим книгу. А поэма и сейчас, спустя две с половиной тысячи лет, очаровывает миллионы людей своим слогом.

В юности я без памяти влюбилась в русскую классику. А в двадцать лет открыла для себя такое же глубокое и бескрайнее море – мир Древней Греции. Все прекрасное, что было сказано или сделано на этом свете, зародилось именно там.

Однако в классике мне были важны не только красота, знания и удовольствие. Я хотела от книг исцеления. Умения сиять, идти в мир с более смелым взглядом и отважным сердцем. И все это стало возможным.

Именно о таких классиках я хочу вам рассказать. Поделиться книгами, которые стали частицами моей души. Каждый томик я ревностно храню в своей библиотеке. Беру их с собой в путешествия, как и Александр Македонский.

Со временем я обнаружила: некоторые книги буквально спасают от неудачных отношений. От той странной болезни души, что зовется апатией и иногда принимает имя безразличия. От монотонности, когда время не проживается, а просто проходит. От слишком отстраненных или слишком назойливых матерей и отцов. От несостоявшихся родителей и родителей, которых не хватает.

Есть книги, которые помогают найти свой путь. Есть книги-противоядия от страха неудачи, чувства собственной неполноценности и ощущения, будто вы не заслуживаете любви. Это универсальное лекарство, якорь и спасательный круг для тех, кто не боится близости с самим собой и сладости обретения истинного «я».

Одна из древнейших историй в мире – о юной Шахерезаде, приговоренной к смерти жестоким султаном. Ей удается спастись простейшим способом: девушка рассказывает ему истории. Ночь за ночью ткет гобелен из рассказов, которые околдовывают и пленяют душу. Разжигают любопытство, утихомиривают гнев и побуждают увидеть и почувствовать то, о чем

---

<sup>1</sup> Роман Германа Гессе. – Прим. ред.

<sup>2</sup> Герман Карл Гессе (1877–1962) немецко-швейцарский писатель, поэт и художник. – Прим. ред.

<sup>3</sup> Повесть Ф. М. Достоевского. – Прим. ред.

никогда не помышлял. Истории настолько потрясают султана, что в конце концов он решает ее помиловать.

То же самое происходило и со мной. Всякий раз, когда мне не доставало смеха или слез, когда я позволяла грусти взять надо мной верх, находилась нужная история. И она заставляла меня любить без памяти, реветь белугой или смеяться от души.

Приглашаю вас составить мне компанию в новом литературном путешествии. Его цель – научиться выбирать классику, читать ее и любить. Не сводить такой роман, как *«Госпожа Бовари»*<sup>4</sup>, лишь к критике буржуазного общества. Не видеть в *«Степном волке»* только манифест независимости вопреки мнению большинства. Не рассматривать *«Антигону»*<sup>5</sup> как продукт исторического и социального контекста. Конечно, такой упрощенный подход помогает понять произведения. Но не дает возможности проникнуться ими, рассмотреть суть.

Книги – нечто живое, сложное и многогранное. Они рискуют задохнуться в рамках, куда их пытаются поместить критика.

Я хочу рассказать вам о них так, как это сделала бы Шахерезада – с глазу на глаз, в интимной обстановке, при свечах или свете луны. Соткать для вас песнь, чтобы успокоить сердце. Вновь зажечь в глазах ту *искру*, без которой жизнь не имеет смысла. Передать карты, которые проведут вас по страницам и откроют доступ к тайному миру.

Но самое главное – я хочу сделать их живыми в ваших глазах.

Я покажу вам, что видел Одиссей, когда его корабль рассекал воды Средиземного моря на пути к своей любимой Итаке. Что ощущала Антигона, когда по велению любви решила бросить вызов всему и вся: закону, государству, царю. Открою реальную Россию Достоевского, Чехова и Набокова, с ее незабываемыми белыми ночами. Оживлю для вас зачарованный остров Прочида из невероятного романа *«Остров Артура»*<sup>6</sup>.

Расскажу о странствиях Гессе в поисках тех бесконечных начал, что зовутся горизонтами. О том, как леди Чаттерлей обрела саму себя. Потому что одно дело – самому выбрать свою судьбу, и совсем другое – принять ту, что выбрана за нас.

Чтобы полюбить классику, вы должны ее прожить. А чтобы прожить, с ней надо говорить. Не превращайте книги в пыльные реликвии. Не запирайте их в библиотеке и не хвастайтесь: «Да, я это читал». Расспрашивайте их, задавайте им бесконечные вопросы: глупые, умные или нелепые. Общайтесь с ними, как будто они – часть вас самих.

Вот тогда-то многочисленные Одиссеи и Иваны Карамазовы, многие Лолиты, Антигоны и леди Чаттерлей выйдут из бумаги, в которой они заключены, и станут «живыми».

Я никогда не переставала говорить с книгами и прикладывать ухо к их страницам, как к раковине, в поисках ответов. «Можно ли защититься от тех, кто заставляет нас молчать и пытается лишить голоса?» – спрашивала я *«Антигону»*. «Дорогой Федор Михайлович, как вам удалось превратить мрак в красоту? И сумеем ли мы преодолеть великие бури, уготованные жизнью?» «А ты, Данте, что хотел сказать словами “Следуй своей звезде, ты не минуешь славной пристани!”?»

Моя книга – не только о том, как читать классику. Она о том, как классика способна преобразить вашу жизнь. Надеюсь, вы научитесь больше смеяться, глубже чувствовать. Вернете себе, казалось бы, утраченные эмоции. Станете задавать больше вопросов и обретете голос, который пытались заглушить время, общество и привычка. Потому что (и этому меня научил Гессе) одно дело – предчувствовать, и совсем другое – найти себя.

---

<sup>4</sup> Роман Гюстава Флобера. – Прим. ред.

<sup>5</sup> Трагедия Софокла. – Прим. ред.

<sup>6</sup> Роман Эльзы Моранте. – Прим. ред.



## Выходим в море. Гомер



Впервые я прочла «Одиссею» как сказку. Не знала ничего ни о Гомере, ни о Древней Греции. Я погрузилась в нее, очарованная соблазнительным звучанием стихов и историей Одиссея. Он пересекал моря, противостоял чудовищам, опасностям всех мастей и почему-то казался мне странно знакомым. Было ощущение, будто древняя поэма говорила со мной и только со мной.

Герой «Одиссеи» многое пережил, прочувствовал и выстрадал. Познал опыт всего сущего и вплеп его в песнь, проникающую прямо в сердце. Внутри Гомера есть все: дружба, страсть, поиск, судьба, война. Дилемма между мирной жизнью и славой, смертностью и вечностью, безудержным честолюбием и сладостью обретения себя. Любовь, которая захватывает и сжигает дотла.

Бушуют штормы, рушатся города, а люди и боги ищут утешения в объятиях друг друга. Сила природы одновременно ужасает и очаровывает. Гомер говорит нам о постоянной потребности выходить в море, потому что жить – значит поднять якорь и отправиться на поиски.

Но в «Одиссее» я нашла нечто гораздо более личное и сокровенное. Это один из тех редких эпосов, который учит нас держаться на плаву. Он стал спасательным кругом, Полярной звездой и вел меня сквозь жизненные бури.

«Одиссея» – рассказ о непрекращающемся кораблекрушении. Герой постоянно оказывается выброшенным неведомо куда и задается вопросом: «О, бедный я, на чью землю я попал на этот раз?»

Он не знает, куда идти и что делать. Плывет в тумане, сбивается с курса. Тысяча преград встает между ним и целью: Эол натравит ветры, циклоп пожрет спутников, сирены попытаются соблазнить своим сладким пением и утопить в морских водах. Чем больше «ситуация осложняется, отношения становятся запутанными, ответственность возрастает, желания становятся масштабнее, а страсти – необычнее»<sup>7</sup>, тем больше, подобно Одиссею, и мы чувствуем себя потерянными. Мы, как и он, связаны общей судьбой: поиском.



«Одиссея» учит: в жизни всегда будут непредвиденные обстоятельства и препятствия, которые нужно преодолевать. Но после поражения может случиться самая яркая из побед.

Победы вдохновляют и заставляют верить, что все возможно. Так же думает ребенок, который уверен: все, что он видит, слышит и ощущает, создано только для него. Потом начи-

---

<sup>7</sup> Андреа Марколонго, «Героическая мера. Миф об аргонавтах и мужестве, побуждающем мужчин любить».

нается жизнь, и он узнает боль, поражение, неудачу. Но неудачи и падения сформируют его как личность.

«Когда буря стихнет, ты, верно, и сам не поймешь, как смог пройти сквозь нее и выжить. Неужели она и впрямь отступила? И только одно станет ясно: из нее ты выйдешь не таким, каким был до нее»<sup>8</sup>.

---

<sup>8</sup> Харуки Мураками, «Кafka на пляже».

## Возвращаясь домой

В первой сцене Одиссей сидит на утесе острова Огигия и смотрит на бескрайнее море. Не знаю, видели ли вы когда-нибудь «Странника над морем тумана» немецкого художника Каспара Давида Фридриха. Там нельзя разглядеть лица мужчины. Но его осанка и изгиб плеч передают сильное чувство тоски. Я всегда представляла, что это Одиссей в глубокой меланхолии вглядывается в горизонт. Тем более что Гомер сразу описывает героя как человека, чьи глаза постоянно влажные от слез.

Прошло уже семь лет с тех пор, как пленник оказался на острове. В него влюбилась нимфа Калипсо и не дает выйти в море. Казалось бы, у Одиссея есть все: в изобилии еда и фрукты, любовь прекрасной богини. Более того, Калипсо предлагает любимому бессмертие. Но герой несчастен. Каждый день он «одиноко сидел на утесистом берегу и плакал;/ Горем и вздохами душу питая, там дни проводил он,/ Взор, помраченный слезами, вперив на пустынное море»<sup>9</sup>.

Почему плачет Одиссей? Душа его страдает. Он обладает всем, но не владеет ничем. Каждое его желание удовлетворено, но самая глубокая потребность остается неслышанной.

Чего ему не хватает? Итаки, *дома*. Одиссей неспокоен, как и все те, кто находится вдали от родины. Он тоскует по запахам своей земли, по жене.



Дом – не столько физическое место, где мы спим и едим. Не просто крыша над головой, которая укрывает от холода и от мира.

В то время как Микеланджело ваял Давида, он был дома. Как и Бетховен, когда писал свою Девятую симфонию. Композитор мог находиться в княжеском дворце или в самой скромной таверне, но всегда – дома. Карен Бликсен в книге «Из Африки» писала: «Человек просыпается там утром с мыслью: “Именно здесь мое место”»<sup>10</sup>.

Вот почему Одиссей несчастен на райском острове. Он знает, что это не его место. Здесь его сердце не имеет *дома*.

Можно иметь деньги, власть и даже славу. Наполнить жизнь удовольствиями и развлечениями. И тем не менее оставаться несчастным. Такие люди, подобно Одиссею, владеют всем, но не имеют ничего. Они не нашли свой дом, свою «Африку».

Картина английского художника Уильяма Холмана Ханта «Пробуждение совести» тоже напоминает мне об Одиссее. Взгляните на это полотно. Вы окажетесь внутри роскошной гостиной лондонского дома. Женщина резко поднимается с колен элегантного красивого мужчины. Он, однако, раздражен таким жестом.

---

<sup>9</sup> Гомер, «Одиссея».

<sup>10</sup> Карен Бликсен, «Из Африки».

## **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.