

Криста Руда

**Завтра встретишь свое хорошо,
если сегодня его не предашь**



Криста Руда

**Завтра встретишь свое хорошо,
если сегодня его не предашь**

«Автор»

2026

Руда К.

Завтра встретишь свое хорошо, если сегодня его не предашь /
К. Руда — «Автор», 2026

«Всё нормально» - самая разрушительная ложь, которую мы говорим каждый день. В этих терапевтических сказках «для взрослых» каждая метафора становится опорой и шагом к себе настоящему. Окаменевший перфекционист, который прячет боль, потому что «неэффективно», и удобная всем, кроме себя, жертва собственной доброты. Они - две половины одной души, которые предают себя, теряя друг друга и их тени идут против них. Ведь невозможно быть живым, не отбрасывая тени. Чтобы спасти свой мир, им предстоит: найти истинные ценности, признать свои чувства, отстоять личные границы, вернуть забытые мечты, услышать голос тела, сохранить совесть, оживить внутреннего ребёнка и перестать тратить время на пустое. Волшебные существа проведут тебя с мудростью и нежностью сквозь слёзы и смех, от предательства себя - к внутренней цельности. Ведь хорошее завтра - не награда извне, а эхо верности себе. И этот путь начинается прямо сейчас - открывай книгу, твоя тень уже улыбается.

© Руда К., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Пролог, где тени танцуют, но до рассвета	5
Конец ознакомительного фрагмента.	12

Криста Руда

Завтра встретишь свое хорошо, если сегодня его не предашь

Пролог, где тени танцуют, но до рассвета

Тени не нападают на тех, кто живёт в ладу с собой. Они нападают на тех, кто слишком долго делал вид, что всё нормально

В одном из бесчисленных миров, который затесался между «А что, если?» и «Почему бы и нет?», стояла гора. Не та, что на географических картах, и не та, что снится альпинистам в кошмарах. Это была гора двух вершин, и жили на ней двое.

На южном склоне, где солнце не столько грело, сколько подмигивало заговорщицки, обитал Гордей. Существо мужского начала, но не мужчина в пошлом смысле этого слова. Скорее – сгусток утрамбованной воли, опрятной логики и взрывной смеси «я сам знаю, как жить». Тело его было соткано из утреннего тумана и старого, многократно переплавленного серебра. Он любил порядок. Его тропинки всегда вели ровно туда, куда должны были вести. Его вещи лежали так, что могли бы сами прочесть лекцию по систематизации. Гордей был тем, кого называют «опора», но беда в том, что он самозабвенно путал опору с бетонным забором.

Каждое утро он просыпался, пересчитывал вдохи, ровно семнадцать, ибо так полезно, и говорил себе:

– Сегодня я буду продуктивен. Сегодня я сделаю всё, что должно.

И делал. Ещё до завтрака. И до рассвета. И иногда ему казалось, что если он остановится хотя бы на миг, то развалится на те самые молекулы тумана, из которых был когда-то собран. Поэтому он не останавливался. Он строил, планировал, чинил то, что ещё не сломалось, и игнорировал странную тяжесть в том месте, где у волшебных существ обычно находится грудина.

«Всё нормально», – говорил Гордей, когда что-то внутри начинало тоненько ныть. «Я в порядке», – отвечал он внутреннему голосу, который просил хотя бы один день просто поваляться в облаке и посмотреть, как растёт мох.

Голос затихал. Обиженный. Преданный. Но Гордей умел не слышать.

На Северном склоне, где ветер любил пересказывать сплетни соседних лесов, жила Лалиса. Существо женского начала, но не женщина в хрестоматийном смысле – скорее, текущая мелодия, рябь на воде, запах мокрой коры после дождя. Лалиса была соткана из первых лучей, которые ещё не решились, светить им или просто полежать, и из осколков разбитых обещаний, которые она подобрала и склеила не золотом, а терпением.

Лалиса хотела. Всё время. Сильно. Так, что в том месте, где у волшебных существ обычно находится грудная клетка трещало по швам. Она хотела танцевать с ветром, она хотела вышить

на небе созвездие в виде слона, она хотела, чтобы каждый гость, забредший на её поляну, почувствовал себя самым важным существом в мире. И она умела это делать.

Но ещё она умела другое: подстраиваться.

«Ну, это же не так важно, – говорила Лалиса, пряча своё «хочу» под вежливую улыбку. – В конце концов, кому нужен единорог в небе? Людям нужны практичные созвездия. Весы, например. Или ковш».

Она говорила «да», когда внутри рождалось тягучее, свинцовое «нет». Она гладила по голове тех, кто заслуживал пинка. Она отдавала последний кусок лунного камня тем, кто даже не сказал бы спасибо. Потому что Лалиса была «хорошей». И от этого «хорошего» у неё по ночам болело всё.

Их склоны разделяла трещина. Не глубокая, нет – так, щель для приличия. Но за сотни лет взаимных обид она превратилась в пропасть.

Гордей считал Лалису хаотичной, безответственной, расточительной. «Размазня, – ворчал он, глядя, как она танцует с мотыльками вместо того, чтобы законопатить дыру в крыше. – Никакой дисциплины. Никакого плана. У неё там всё – эмоции, чувства, порывы. Бардак».

Лалиса считала Гордея сухарем, камнем и спятившим перфекционистом. «Закостенелость, – вздыхала она, наблюдая, как он в пятый раз перекладывает камни на тропинке. – Ни грамма спонтанности. Никакого полёта. Он просто боится жить».

И каждый из них был прав. И каждый предавал себя до такой степени, что тени их – длинные, уродливые, гипертрофированные – начинали жить своей жизнью.

День, когда всё пошло не так, хотя утро началось как обычно. Солнце – ленивый желток – нехотя выползло из-за горизонта. Гордей сделал свои семнадцать вдохов, выпил настой из сосновых иголок, горький, как его принципы, и выглянул в окно.

И остолбенел.

Склон Лалисы цвёл. Не в переносном смысле – в прямом. Из каждой щели, из каждого камня, из каждой трещины в старом глиняном горшке лезли цветы. Алые, синие, фиолетовые, такие яркие, что у Гордея заслезились глаза, он никогда не плакал, он просто «реагировал на внешние раздражители». Сквозь этот цветущий хаос проридралась Лалиса с лицом человека, который только что победил в битве, но забыл, где оставил доспехи.

– Доброе утро! – крикнула она через пропасть, и голос её звенел как тысяч колокольчиков. – А ты знаешь, что сегодня первый день лета? Я решила отметить! Это же праздник!

Гордей скрестил руки на груди – туманной, блестящей.

– У нас нет времён года. Мы их сами создаём по договорённости. Ты нарушила график весеннего цветения на три недели.

– Ах, график! – Лалиса расхохоталась, и цветы вокруг неё распустились ещё ярче, словно поддерживая хозяйку. – График – это то, что душит жизнь, Гордей. Посмотри, как красиво! Что ты теряешь?

– Порядок, – отрезал он. – Я теряю порядок. А теперь убери это безобразие. У нас сегодня Совет склонов, между прочим.

Совет склонов был их ежемесячной пыткой, ритуалом, когда два волшебных существа садились на краю пропасти и делали вид, что могут договориться. На самом деле они просто транслировали друг другу свои обиды, завернутые в аргументы.

Лалиса фыркнула, но цветы послушно и немного обиженно втянулись обратно в землю. Осталась только пара упрямых одуванчиков у самого края.

Они встретились на Камне примирения – плоской плите, которая висела над пропастью на честном слове и старом заклинании. Гордей сел строго на свою половину, Лалиса – на свою. Между ними было расстояние в полшага, но казалось – в вечность.

– Пункт первый, – начал Гордей, разворачивая свиток, исписанный мелким, убористым почерком. – Водные ресурсы. Ты снова взяла воду из общего источника без согласования. В третий раз за месяц. Мои зеркальные карпы чуть не задохнулись.

– Твои зеркальные карпы – эгоисты, – парировала Лалиса, подпиливая ноготь. – Им нужно двести литров в день, а сами они размером с ладонь. Я брала воду для Крошки. У неё была ангина.

Крошка была ручным облачком Лалисы. Ленивым, капризным и вечно больным.

– Ангина у облака? – Гордей приподнял бровь, и эта бровь могла бы заставить расплакаться гранит. – Облака не болеют ангиной. Они болеют только конденсацией.

– А вот и болеют! – Лалиса вскочила. – Потому что у неё душа болит! Потому что она видит, как ты каждое утро со своими семнадцатью вдохами идёшь мимо, даже не улыбнувшись. Ты когда-нибудь улыбался вообще, Гордей?

– Я улыбаюсь, когда завершаю важный проект, – холодно ответил он. – И это не относится к повестке дня.

Ссора разгоралась. Слова становились острее. Гордей упрекал Лалису в отсутствии системности. Лалиса – Гордея в отсутствии сердца. И чем громче они кричали, тем темнее становилось небо над их головами. Тени, их собственные тени, которые до этого мирно лежали на земле, начали шевелиться.

Сначала Гордей подумал, что это игра света. Но потом его тень – обычно послушная, вытянутая копия – вдруг перестала его слушаться. Она отделилась от ног и встала напротив, сложив руки так же, как он, но с издёвкой.

– Ну здравствуйте, – сказала тень голосом, похожим на скрежет ржавых петель. – Надоело быть твоей тенью, Гордей. Ты её предаёшь каждый день, а я – это она.

Лалиса ахнула. Её собственная тень тоже ожила – и не просто ожила, а начала расти, пульсировать, и из этой пульсации рождались уродливые образы. Вот Лалиса говорит «да» – а тень её в этот момент шепчет «нет». Вот Лалиса улыбается – а тень плачет. Вот Лалиса терпит – а тень корчится в агонии.

– Вы думали, что если не слышите нас, то нас нет? – прошипела тень Гордея. – Вы ошибались. Мы – всё то, что вы закопали. Всё то, что вы называли «неправильным», «несвоевременным», «неудобным».

– Мы – ваши преданные чувства, – добавила тень Лалисы, и голос её был прекрасен и страшен одновременно. – Мы – ваши желания, которые вы скормили дракону «надо». Мы – ваши границы, которые вы сами разобрали по кирпичику, чтобы другим было удобнее.

– Мы – ваша совесть, которую вы продали за спокойствие, – продолжала тень Гордея, становясь всё больше. – Мы – ваш внутренний ребёнок, которого вы заперли в подвале, потому что «пора взрослеть».

Трещина между склонами начала расширяться. Камень примирения затрещал. Из пропасти потянуло холодом – не физическим, а тем, от которого замерзает душа.

– Мы придём за вами, – пообещали тени хором. – Вы не сможете жить без нас. Потому что «хорошо» не наступает там, где предают себя.

И – бах!

Камень примирения раскололся. Гордей и Лалиса полетели вниз. Каждый – в свою сторону пропасти? Нет. Станным образом, падая, они столкнулись. Лалиса вцепилась в Гордея, Гордей – в Лалису. Это не было объятием. Это была паника, переплетённая с инстинктом выживания.

Они упали не на дно. Они упали в тишину.

Очнулись они в незнакомом месте. Это был лес, но не обычный, тут дороги выбирают тебя, а не ты их. Деревья здесь росли корнями вверх, а кронами – в землю. Воздух пах озоном и забытыми обещаниями. Вместо тропинок вились светящиеся нити, которые пульсировали в такт чьему-то невидимому пульсу.

Гордей первым пришёл в себя, ну по привычки. Он сел, отряхнул туманную пыль с одежды и с ужасом обнаружил, что его идеальный распорядок дня... испарился. Часов у него не было. Даже внутреннего хронометра.

– Где мы? – прошептала Лалиса. Она выглядела потерянной, и это было так непохоже на её обычную яркость, что Гордею вдруг стало... не по себе. Не то чтобы жалко. Просто непривычно.

– Понятия не имею, – признался он, и это признание далось ему тяжелее, чем падение в пропасть.

Они пошли. Сначала порознь, каждый в свою сторону, но через пять минут поняли, что лес закольцован, и они снова выходят друг на друга. Тогда – не сговариваясь – они пошли рядом. Молча. Злые. Напуганные.

На поляне, где вместо травы росла мягкая, тёплая пыльца, их ждала Старая книга. Не человек, не существо – просто книга, лежащий на пьедестале из корешков. Но когда они приблизились, книга зашелестела голосом, который звучал так, будто говорила сама земля.

– Здравствуйте, предатели, – беззлобно сказала Старая книга. – Давненько я не видел таких запущенных случаев.

– Мы не предатели! – вспыхнула Лалиса.

– Ты врешь себе каждые пять минут, дорогая, – парировала Старая книга. – А ты, серебряный... – она обратилась к Гордею, – ты даже самому себе не признаёшься, когда тебе больно. Это и есть предательство. Самое тихое. Самое разрушительное.

Гордей открыл рот, чтобы возразить, но Старая книга щёлкнула бумажной закладкой, и на поляну упала карта. Не обычная. Живая. На ней были изображены: долина Истинных Ценностей, пустыня Подавленных Чувств, замок Личных Границ весь в щитах и копьях, лес Мечты очень заросший, явно заброшенный, а также ещё пять мест, названия которых пульсировали алым.

– Что это? – спросил Гордей, чувствуя, как внутри что-то ёкает. Узнаёт.

– Это путь к вашему «хорошо», – ответила Старая книга. – Вы же хотите «хорошо»? Счастье, душевный мир, здоровье, любовь, успех? Или вы и здесь предпочтёте сделать вид, что «всё нормально»?

Лалиса вздрогнула. Эти слова – «всё нормально» – были её любимой мантрой, за которой пряталась такая боль, что страшно было на неё смотреть.

– Что с нашими домами? – спросил Гордей, пытаясь взять ситуацию под контроль. С контролем всегда было проще.

– Ваши дома рухнут через восемь дней, – равнодушно сообщила Старая книга. – Или раньше. Потому что дом без хозяина, который не предаёт себя – просто груда камней. У вас есть восемь сказочных испытаний. Каждая – об опоре, которую вы сломали. Вы пройдёте их вместе. Или не пройдёте совсем. Третьего не дано.

– Почему вместе? – возмутился Гордей. – Мы даже завтракать в одно время не можем! Мы разные! Мы...

– Вы – одно целое, – перебила Старая книга. – Мужское и женское начала одной души. Вы спорите, потому что не видите этого. Но тени ваши – они знают. Поэтому они и напали. Одиночек предать легче. А вдвоём... вдвоём вы либо убьёте друг друга, либо научитесь не предавать. И себя в том числе.

Старая книга замолчала, свернулась трубочкой и исчезла. Осталась только карта, пульсирующая им двоим в такт – синхронно, хотя ни один из них не заметил этой синхронии.

Гордей долго смотрел на карту. Лалиса – на Гордея.

– Я не пойду, – сказал он наконец. – Это всё какая-то волшебная чушь. Я лучше вернусь и...

Он не договорил. Потому что сзади послышался шорох. Они обернулись – и увидели свои тени. Те стояли на границе поляны и терпеливо ждали. У тени Гордея теперь были часы вместо лица. У тени Лалисы – маска улыбки, приклеенная намертво.

– Идите, – прошептали тени. – Или мы пойдём сами. И тогда «хорошо» вы не встретите никогда.

– И зачем нам это «хорошо»? – вдруг спросила Лалиса. Голос её дрожал, но в дрожи этой была сталь. – Если ради него нужно стать... кем-то другим?

– Не кем-то другим, – тихо ответил Гордей. И сам удивился своим словам. – А собой. Настоящим. Каким бы уродливым и неудобным он ни был.

Они переглянулись. И впервые за много лет – не как враги. Как два существа, которых загнали в угол и которые поняли: угол общий.

– Идём? – спросила Лалиса, протягивая руку. Не цветущую, не сияющую – просто руку. С дрожью.

– Идём, – ответил Гордей, беря её за руку. Впервые за много лет не планируя, не рассчитывая, не контролируя.

Карта вспыхнула. Первая точка – Долина истинных ценностей – загорелась золотом.

О том, что будет дальше и почему стоит читать...

Они ушли в эту долину на рассвете. За ними тянулись тени – больше не враждебные, но и не дружественные. Наблюдающие.

Лес шептал вслед: «Не предавайте. Не предавайте. Не предавайте сегодня то, что хотите встретить завтра».

Восемь сказочных опор. Восемь уроков, которые начинаются всегда одинаково – с тихого внутреннего вопроса: «А кому я вру прямо сейчас?»

Гордею предстояло понять, что опора – это не бетонный забор, а живой ствол, который гнётся, но не ломается. Лалисе – что «хорошая» и «настоящая» – это не всегда одно и то же, и иногда быть «плохой» по-настоящему честнее, чем «хорошей» понарошку.

Им предстояло поссориться так, что задрожит земля. И помириться так, что запоют птицы, которых в этом лесу никогда не было.

Они ушли. А ты остался здесь, на пороге первой сказки. И если ты когда-нибудь говорил себе «всё нормально», когда внутри бушевал шторм. Если ты когда-нибудь делал «как надо», заглушая своё «хочу». Если ты когда-нибудь терпел то, что терпеть нельзя, работал там, где душа плачет, или просыпался уставшим от жизни, которой не жил – то эти сказки и про тебя тоже. Потому что каждый из нас – и Гордей, и Лалиса. И тени наши ходят за нами по пятам. Но хорошая новость в том, что «хорошо» – это не награда для идеальных. Это эхо. Оно возвращается ровно тогда, когда внутри, наконец, наступает тишина – без лжи, без масок, без предательства.

Найди в своей жизни одну часть, где ты «делаешь вид, что всё нормально». Это может быть здоровье, отношения, работа или что-то другое. Напиши на листе бумаги: «Здесь я себе вру». Не пытайся сразу исправить. Просто признай. Положи лист туда, где увидишь завтра утром. Это первый шаг к тому, чтобы тени перестали на тебя нападать.

Диалог, который не вошёл в пролог, но случился по дороге

- Гордей.
- Что?
- А ты боишься?
- ... Да.
- Чего?
- Что окажется, что я всё это время был не собой. Что моя «опора» – это просто удобная поза, чтобы не чувствовать.
- О.
- А ты?
- Я боюсь, что если перестану всем угождать, то останусь одна.
- ... Лалиса.
- М?
- Я пока не умею быть опорой для другого. Но я могу хотя бы не мешать. Идём уже, замёрз я что-то.
- Туман мёрзнет?
- Когда предаёт себя – да. Ещё как.

Они пошли дальше. Руки не разжали.

Конец пролога.

Начало следует.

Переверни страницу. Первая сказка ждёт.

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.